

**MINISTERE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR ET DE LA RECHERCHE  
SCIENTIFIQUE**

**Université Mouloud Mammeri de Tizi-Ouzou  
Faculté des lettres et des langues  
Département langue et culture Amazighes**



***Mémoire en vue de l'obtention  
de diplôme du master***

Domaine : langue et Culture Amazighes

Filière : langue et civilisation

Spécialité : anthropologie du patrimoine et de la culturelle Amazighe

**Art culinaire et savoir-faire féminin  
domestique chez la nouvelle génération**

***Réaliser par :***

- Mlle Harrous Soraya
- Mlle Hani Khelidja

***Encadré par :***

Mme KACED SACIA

**Jury de soutenance :**

**ABDENEBI Houria**

**Professeur**

**ALIOUANE Nadia**

**MAA**

**Examinatrice**

**KACED Sacia**

**MAA**

**Encadreur**

***Année Universitaire  
2022/2023***

## ***Remerciements***

*Nous remercierons Dieu le tout puissant de nous avoir accordé santé force et courage d'aller au bout de notre objectif.*

*Nous tenons tout particulièrement à adresser nos plus vifs remerciements, à notre promotrice Madame **KACED SACIA**, d'avoir acceptée de nous encadrer et de nous avoir laissé la liberté nécessaire à l'accomplissement de notre travail.*

*Nous remercions nos informatrices qui avaient excepté de nous accorder des entretiens et de nous avoir fournis des informations nécessaires pour notre objet d'étude.*

*Nous remercions vivement toutes nos familles, en particulier nos parents, pour nous avoir toujours soutenus au cours de nos études. Qu'ils trouvent ici le fruit de leurs patiences et de soutien permanent qu'ils nous ont prodigués pour affronter tous les moments difficiles.*

*Enfin, merci à tous ceux qui nous ont aidés de près ou de loin pour la réalisation de ce travail.*

## *Dédicace*

*Avec l'aide de Dieu le tout puissant de m'avoir donnée la force et le courage de mener ce modeste travail a qui je dédie :*

*A mes chers parents qui sont la source de mon courage. Que ce modeste travail soit pour vous une petite compensation et reconnaissance en vers ce que vous on avait fait d'incroyable pour nous. Que Dieu vous procure santé et longue vie afin que nous puissions à notre tour vous comble.*

*A mon très cher frère Mouhand.*

*A ma cousine Djedjiga.*

*A ma chère binôme Soraya.*

*A tout ce qui me connaissent de près ou de loin.*

*KHELIDJA*

## Dédicace

Avec l'aide de Dieu le tout puissant de m'avoir donnée la force et le courage de mener ce modeste travail a qui je dédie :

A ceux qui ont donné à mon existence un sens, qui m'on offert l'amour et leur soutien, à mes chers parents que Dieu les gardes.

A mes chers frères et sœur que j'aime tant : Brahim, Salim et Nacera.

A ma très chère binôme « khelidja »

A mon très cher ami Mouhamed

A tous mes amies de ma promotions et tous ceux qui ont contribué de près ou de loin dans la réussite de ce modeste travail.

SORAYA

# **Sommaire**

# Sommaire

Remerciement	
Dédicace	
Sommaire	
<b>Introduction générale.....</b>	<b>07</b>
<b>CHAPITRE I : CADRE METHODOLOGIQUE ET THEORIQUE</b>	
Introduction.....	10
I .1. Présentation du sujet.....	10
I .2. Choix de sujet.....	10
I .3. Problématique.....	11
I .4. Hypothèses.....	11
I .5. Mots clés .....	12
I .6.Technique de recherche.....	14
I .7. Méthode d'analyse.....	15
I .8. La présentation des informateurs.....	16
I .9. Les difficultés rencontrées.....	17
I .10. Ethnographie du terrain.....	17
Conclusion.....	19
<b>Chapitre II : Elément historique des systèmes alimentaire traditionnels</b>	
Introduction.....	21
II .1. L'alimentation de nos ancêtres .....	21
II .2. La cuisine traditionnelle Kabyle.....	23
Conclusion .....	40
<b>Chapitre III : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation</b>	
Introduction.....	42

III .1. L'art culinaire berbère à travers l'histoire.....	42
III .2. Les plats Kabyles entre le passé et le présent.....	45
III .3. Avant et après le couscous .....	48
III .4. Cuisine Kabyle et modernité.....	51
Conclusion .....	54

#### **Chapitre IV : La transmission du savoir-faire culinaire chez les Kabyle**

Introduction.....	56
IV .1. La transmission culinaire Kabyle.....	56
IV .2. La transmission au regard des mères et des filles .....	57
IV .3. Techniques de transmission du savoir-faire culinaire.....	62
IV .4. Les pratiques rituels sont-elles restés les mêmes qu'aujourd'hui ?.....	64
Conclusion.....	66

#### **Chapitre V : L'approche de l'économie dans l'alimentation traditionnels**

Introduction.....	68
V .1. L'économie d'avant chez les Kabyles.....	68
V .2. Les principales activités économiques traditionnelles anciennes.....	71
V.3. Modernisation de l'économie Kabyle.....	73
Conclusion .....	75

#### **Conclusion générale .....78**

Agzul .....	80
-------------	----

#### **Bibliographie**

#### **Annexes :**

Guide d'entretien

Figures

Guide d'entretien

#### **Table des matières**

# **Introduction Générale**

### Introduction générale :

Notre travail s'inscrit dans le cadre d'un master en anthropologie culturelle et du patrimoine Amazigh. Il portera sur l'un des objets d'étude de l'anthropologie culturelle, à savoir l'alimentation qui est l'intérêt de plusieurs chercheurs, en réalisant des études sous des thématiques relatives au sujet de l'alimentation à savoir les systèmes alimentaires et les habitudes alimentaires ce dernier est l'objet central de notre étude.

La société kabyle, à l'instar des autres sociétés, possède un art culinaire domestique pratiqué principalement (essentiellement) par les femmes. Cet art suscite des savoir-faire dans la société en question, ce dernier représente l'un des axes de notre étude, en outre, il est l'objet d'une transmission entre l'ancienne et la nouvelle génération. Il est à signaler que l'art culinaire dans les villages kabyles est en interaction permanente avec plusieurs facteurs, dont nous citons la mondialisation qui engendre une transmission mutuelle du patrimoine alimentaire, ce facteur demeure d'une influence importante sur les savoirs faire locaux, et cela, en associant une fragilité à leurs transmissions et leur mise en valeur.

En outre, dans notre travail, nous préconisons mettre au clair les aspects précédemment cités, en s'appuyant sur une enquête de terrain qui nous sert d'un moyen pour collecter des informations et des données nécessaires pour la réalisation de notre étude. Aussi, nous tenterons de vérifier la perpétuité des savoirs faire en question chez la nouvelle génération.

Notre travail comporte en son sein quelques objectifs que nous visons d'atteindre à la fin de notre étude. Parmi ces derniers, nous pouvons citer la confirmation de la primauté de cet art culinaire chez la nouvelle génération. Aussi évoquer les changements et les mutations qui touchent ce domaine (l'alimentation) dans la société en question.

Divers travaux de recherche ont été faits dans ce domaine, qui ont une importance capitale sur l'art culinaire. Nous citons à titre d'exemple Jack Goody dans son ouvrage *la raison graphique* dont il a parlé sur la recette, la prescription et sur la culture de partage dans le domaine culinaire ; dans cette ouvrage l'auteur à consacrer deux chapitres dont il a traité les thématiques précédemment cités ( p.p 222.267)<sup>1</sup> il ya aussi l'ouvrage de Camille Lacoste-Dujardin *le conte Kabyle* dont elle a parlé sur les fonctions nourricières<sup>2</sup>. Il y a pareillement

---

<sup>1</sup> Jack Goody, « *la raison graphique*, la domestication de la pensée sauvage » ed Minuit, Paris, 1999, P.P 222-267.

<sup>2</sup> Camille Lacoste-Dujardin « le conte Kabyle, Etude ethnologique "François Maspero 1 place Paul-Painlevé, V° Paris 1982" p.p 226-281"

plusieurs ouvrages réalisés sur l'art culinaire Kabyle comme "la cuisine Kabyle"<sup>1</sup>. Plusieurs autres travaux et thèses qui ont été fait comme le travail de Mme Abdennebi.H<sup>2</sup>. Citons également tout les travaux de recherche et enquêtes de nombrable étudiants de notre département de langue et culture Amazigh au sein de l'université de Mouloud Mammeri de Tizi-Ouzou en ce qui concerne l'alimentation Kabyle, à travers toutes ces année<sup>3</sup>. Il ya également la grande encyclopédie berbère<sup>4</sup>, ainsi les journaux et les articles nationaux comme la dépêche de Kabylie El watan<sup>5</sup>, notant également la revue de l'UMMTO<sup>6</sup>, et tous les autres surtout, sur ce thème traité<sup>7</sup>.

---

<sup>1</sup> H.Sarra, L.BenAmira, juin 2005 <https://livre.fnac.com/a1665906/Sarra-Hamat-Cuisine-kabyle>

<sup>2</sup> Mémoire de magistère en langue et culture amazigh qui parle sur le sujet de « la cuisine, rituel collectif et différenciation social dans une tribu « AARC » de la Kabylie (AT Budrar) entre 1830 et 1999.

<sup>3</sup> Slimani.K, khicha.H, « valorisation du patrimoine culinaire " rituel des destivités collectives et différenciation sociale et culinaire de deux régions («Ait Ikhlef » Bouzeguene et « AtGouaret »AtDjennad) de Kabylie entre hier et aujourd'hui", encadré par M<sup>elle</sup> Kaced.S, promotion : 2016-2017.

<sup>4</sup> E.B., G. Camps, J.-P. Morel, G. Hanoteau, A. Letourneux, A. Fery, F. Demouli

n, M.-C. Chamla, A. Louis, A. Ben Tanfous, S. Ben Baaziz, L. Soussi, D. Champault et M. Gast, Nouschi, R. *Alimentation*, in *encyclopédieberbère*, 1986, Alger-amezwar.

<sup>5</sup> <https://www.elwatan.com/edition/actualite/contes-et-legendes-autour-de-la-gastronomie-algerienne-2-23-06-2016>

<sup>6</sup> Fallag. H.,revuescientifique trimestrielle de l'université Mouloud Mammeri de Tizi-Ouzou, N°14Campus HasnaouaI . Auditorium, juin 2009 Consulté le 06/09/2022 <http://revue.ummtto.dz/index.php/campus/issue/download/33/40>

<sup>7</sup> Voir aussi les travaux de : Oulebsir Rachid : Art culinaire : "Couscous et galettes de Kabylie" dépêche de Kabylie Edition du lundi 30 Mai 2005, Oubahli Mohamed. Une histoire de pâte en Méditerranée occidentale. Des pâtes arabo-berbères et de leur diffusion en Europe latine au Moyen Âge (Partie II). La France et le monde italique. In: Horizons Maghrébins - Le droit à la mémoire, N°59, 2008. Manger au Maghreb - Partie II. pp. 14-29, Samrakandi Mohammed Habib. Arts culinaires en Méditerranée et pratiques culturelles. In: Horizons Maghrébins - Le droit à la mémoire, N°55, 2006. Manger au Maghreb. pp. 4-5, Poulain Jean-Pierre. Les Modèles alimentaires méditerranéens : un héritage pluriel étudier pour en faire un label pour le futur. In: Horizons Maghrébins - Le droit à la mémoire, N°55, 2006. Manger au Maghreb. pp. 8-28.

# **Chapitre I**

## **Le cadre méthodologique et théorique**

**Introduction :**

Ce chapitre est réservé au cadre méthodologique de la recherche, où nous présenterons les objectifs et les raisons du choix du thème : l'art culinaire et savoir-faire féminin domestique chez la nouvelle génération. Comme on évoquera notre problématique suivie de nos hypothèses, suivie par la définition des concepts clés, et la pré-enquête, comme nous exposerons aussi la méthode et techniques utilisées, la présentation des informateurs et les difficultés rencontrées.

**1-Présentation du sujet :**

Notre travail s'articule autour du thème de l'art culinaire et savoir-faire féminin domestique chez la nouvelle génération qui est présenté dans les cuisines du monde entier qui se diffère d'un pays à un autre mais qui se présente sous une forme artistique et les principes appliqués à la cuisine comme la présentation le choix d'aliment particulier ou bien la sélection de couvert stylisés qui entretient et donnent une forte identité.

Nous avons fait nos recherches dans la daïra d'Iferhounene, où nous nous sommes appuyés sur plusieurs villages comme Ait Enzar, Bechar, Soumer... Relevant de la commune d'Iferhounene.

**2-Choix de sujet :**

Notre choix de faire une étude sur l'art culinaire et savoir-faire féminin domestique chez la nouvelle génération, dépend de plusieurs raisons.

**2-1 Les raisons subjectives :**

Nous sommes des citoyens de la région d'Iferhounene où nous remarquons la diversité dans les plats.

Le plaisir de déguster et de goûter la cuisine algérienne kabyle nous a poussés à réaliser une étude sur ce savoir-faire.

**2-2 Les raisons objectives :**

L'importance des plats qui émerge dans cette région et aussi la restauration d'un patrimoine propre à la société kabyle en générale et la région d'Iferhounene en particulier.

**3-Problématique :**

Dans notre travail, nous visons à traiter le sujet de l'art culinaire chez la nouvelle génération allant dans une approche interactionniste avec l'ancienne génération, et ce, en portant intérêt aux divers aspects qui sont en relation avec notre sujet de recherche et les facteurs qui peuvent exercer une influence sur le domaine de l'art culinaire dans la localité en question (IFERHOUNENE).

Parmi ces facteurs nous pourrions citer le facteur social, historique, économique. Aussi notre étude portera, sur le côté patrimonial dont nous nous basons sur la préservation et la transmission des pratiques culinaires traditionnelles et des savoirs faire. Nous allons aussi nous intéresser aux changements et mutations que connaît le domaine de l'art culinaire.

Dans cette perspective, nous pouvons construire la problématique de notre travail, ce qui nous mène à établir quelques questionnements autour du sujet en question. Alors, comment les facteurs précédemment cités peuvent influencer sur le domaine de l'art culinaire ? À quel stade sont la transmission des savoirs faire traditionnelles et leur préservation dans le domaine étudiée ? Quel impact ont les interactions sociales entre les deux générations (nouvelle/ ancienne) dans la transmission, et la préservation de ce patrimoine culturelle ? Au-delà de la diversité individuelles et familiales, les éléments de continuités et de rupture : les filles reproduisent-elles (ou rejettent-elles) les schémas hérités de leurs mères ? les mères avaient-elles faits avant leurs filles ? Et quelles sont les plats culinaires transmits aujourd'hui de mères aux filles ? Quelles sont les plats abandonnés et pour quelle raison ? Quelles sont les changements enregistrés dans le comportement des consommateurs aujourd'hui ?

**4-Hypothèses :**

En science social l'hypothèse est définie comme une réponse provisoire au questionnement préalablement établi dans la problématique.

Dans notre travail nous avons réuni quelques hypothèses qui se résument dans ce qui suit :

- L'art culinaire dans la région en question a subi plusieurs changements à cause de la mondialisation et la modernisation de la société.
- Les représentations qui ont les plats culinaires chez l'ancienne génération n'ont plus les mêmes significations chez la nouvelle génération.

- Avec l'évolution des moyens technologiques qui permettent l'accès aux recettes sur les sites internet ou la télévision, l'apprentissage des filles aujourd'hui ne suit pas les voies d'apprentissages traditionnels.
- La rupture de transmission des savoir-faire culinaire n'est pas totale, certaines jeunes femmes ou jeunes filles continuent à préparer les plats culinaires traditionnels de nos jours.

**5-Mots clés :****5-1 L'art culinaire<sup>1</sup> :**

*Cette livraison de sociétés et représentations sur la ratification du culinaire se donne pour objet d'explorer les voies encore peu balisées du processus d'ratification et de spectacularisation du culinaire, dont nous savons qu'il a été engagé au moins depuis le moyen âge. La cuisine, est-il nécessaire de le rappeler, est un acte culturel. Les travaux fondateurs d'anthropologie et d'ethnologie du début du XXe siècle, de Marcel Mauss à Claude Lévi-Strauss, ont mis en évidence cette dimension socioculturelle et symbolique de l'acte culinaire, un des où s'enregistrent les mouvements ponds d'une société. Pour célébrer les occasions festives, la cuisine se change de caractères particuliers, visant à la rendre particulièrement belle à voir et bonne à manger.*

**5-2 Le patrimoine alimentaire<sup>2</sup> :**

*La notion de "patrimoine alimentaire" est une déclinaison particulière de la notion de "patrimoine culturel" (Unesco 2003). A l'instar de ce dernier, le patrimoine alimentaire renvoie à des dimensions matérielles, il s'agit, dans une aire culturelle et géographique et de distribution, des techniques culinaire, des modes de préparation, de conservation, de traitement des déchets et de consommation des aliments qui se transmettent de génération en génération. Dans ses dimensions immatérielles, le patrimoine alimentaire relève de l'hospitalité, de convivialité, des savoir-faire, de l'apprentissage et de l'acquisition de connaissances, des "manières de table", des représentations, des discours, des imaginaires ou encore de la ritualisation symbolique qui se jouent autour de la transmission des pratiques alimentaires. Irréductible à ses productions concrètes, le patrimoine alimentaire immatériel explicite l'identité d'une communauté ou d'un groupe social.*

**5-3 Cuisine<sup>1</sup> :**

---

<sup>1</sup> EvelineCohen et Julia csergo : « L'artification du culinaire» pp 7-11 Sociétés & Représentation 2012/2 (n° 34).

<sup>2</sup> Charles-Edouard du suremain and clarice « patrimoine alimentaire enfantins : éclairage anthropologique » 2015.

*La cuisine est généralement comprise comme l'ensemble des processus par lesquels les hommes transforment des produits de leur environnement obtenus par la chasse, la pêche, l'agriculture, l'élevage, la cueillette, l'échange ou le commerce en aliments assimilable par l'homme.*

*Pour l'anthropologie, tout processus matériel est socialisé et met en œuvre des représentations « ... » Véhicule des valeurs essentielles d'une société, la cuisine est aussi un des fondements de l'identité et de l'altérité, simultanément affirmés dans des modalités d'opposition, de répulsion, d'interaction ou d'emprunt.*

**5-4 Alimentation<sup>2</sup> :**

*Les études anthropologiques sur l'alimentation - les types d'aliments, les régimes et pratiques alimentaires, la nutrition - sont apparues tardivement ; on peut considérer qu'elles sont inaugurées par la recherche conduites par Audrey I (...).*

**5-5 Travail domestique<sup>3</sup> :**

*Il est défini comme étant un ensemble d'activités non marchandes ou hors marché du travail qui s'effectuent spécialement par les femmes dans la sphère domestique « il s'agit de la préparation des repas, les soins, la garde des enfants et les personnes âgées ainsi que l'entretien de la sphère domestique : tâches ménagères ».*

**5-6 Transmission<sup>4</sup> :**

*Toutes sociétés ont en fait pensé la transmission, en définissant selon les mêmes articulations ses modalités, ses objets et ses acteurs [...] dans le champ de la parenté, la transmission se situe à l'extérieur ou à l'intérieur des groupes de la parenté [...] par filiation chaque société à précisé l'identité des parents auxquels ils devaient revenir et les parts respectives.*

---

<sup>1</sup>BONTE P, IZARD M. & Cie, Dictionnaire de l'ethnologie et de l'anthropologie, Editions Presses Université de France, Paris 1991.

<sup>2</sup> Idem.

<sup>3</sup> -GRAWITZ M. Lexique des sciences sociales, 7eme édition, Dalloz, Paris 2000

<sup>4</sup> BONTE P, IZARD M. & Cie, Dictionnaire de l'ethnologie et de l'anthropologie, Editions Presses Université de France, Paris 1991.

## 6-Technique de recherche :

Dans notre travail, nous avons utilisé quelques techniques de recherche qui vont nous permettre de recueillir des informations nécessaires autour du sujet en question. Nous nous appuyons principalement sur deux techniques essentielles qui sont l'observation et l'entretien.

### 6-1 L'observation <sup>1</sup>:

Cette technique nous a permis d'investir le terrain de notre étude et de se rapprocher de nos enquêtés, ce que nous a donné aussi la possibilité d'une éventuelle vérification de quelques aspects relatifs à la thématique de notre travail, à savoir la faisabilité et la clarté de cette dernière. Cette technique est définie comme suit : *« au sens le plus général, toute recherche d'information pour répondre à un problème. En sociologie, enquêter c'est interroger un certain nombre d'individus en vue d'une généralisation »*.

Dans cette technique de recherche nous sommes adressés aux sexes féminins dans la région d'Iferhounene, pour nous y donner la situation globale de notre terrain d'étude.

### 6-2 : L'entretien<sup>2</sup> :

La deuxième technique de recherche, que nous avons utilisée dans notre travail, est l'entretien semi-directif. *« C'est une technique efficace dans le domaine des sciences sociales, c'est un style de communication en lumière des aspects qui n'étaient pas claires »*.

Dans notre étude, la nature de la recherche nous oblige à faire des entretiens avec un certain nombre de questions précises et en laissant aux interlocuteurs la liberté de parler de tout en intervenant d'un moment à l'autre pour orienter les réponses vers l'intérêt de notre recherche et aussi pour appuyer quelques informations afin d'avoir les détails nécessaires.

Afin de réaliser nos interactions nous avons évoqué quelques aspects relatifs aux enquêtes que nous résumons dans l'âge, la position dans la fratrie, le niveau d'instruction de leurs parents et leurs professions.

Les entretiens sont effectués de plusieurs manières : nous avons interrogé quelques enquêtés à la maison surtout pour l'ancienne génération, et pour les autres (nouvelle génération) dans les bibliothèques, les cités universitaires ... Nous avons contactés d'autres par téléphone. Les entretiens se déroulent entre 7 minutes à 15 minutes.

---

<sup>1</sup> BOUDON R.BESNARD P.CHERKAOUI M.LECUYER B-P. Dictionnaire de sociologie, Larousse, 2005, P.84

<sup>2</sup> BLANCHET A. Les techniques d'enquête en science sociales, éd, Dunond, Paris, 1988.

Nous avons réalisé 18 entretiens entre la nouvelle et l'ancienne génération dans la région d'Iferhounene.

### **7- Méthode d'analyse :**

Après avoir réalisé nos entretiens et leurs transcriptions nous avons opté pour l'analyse de l'information recueillie relatives à notre thème de recherche.

Après nous avons découvert l'importance de ces informations afin de les inclure dans notre analyse.

En ce qui nous concerne nous avons utilisé la méthode qualitative qui « *regroupe des perspectives diverses en termes de bases théoriques, de techniques de recueil et d'analyse des données. Elle utilise une démarche rigoureuse et un processus de recueil d'information qui tiennent compte du contexte social* »<sup>1</sup>

La méthode ethnographique basée sur nos entretiens de terrain nous a servi pour l'analyse des informations contenues dans les entretiens. En outre, nous avons jugé utile d'inclure la méthode comparative pour finalité de faire comparaitre les deux générations dont nos informateurs sont principalement issus à savoir la nouvelle et l'ancienne génération. Et ce dans l'objectif de soulever les points de convergences et de divergences entre les deux générations.

Etant donné que nous avons porté intérêt aux changements et aux mutations qui affectent les pratiques culinaires, nous avons opté pour l'approche dynamique qui nous sert d'un bon outil méthodologique pour évoquer ces changements et mutations dans le domaine.

### **8-La présentation des informateurs :**

Les différents témoignages (femmes) sont recueillis auprès de personnes de différentes catégories d'âge entre 21 ans et 88 ans.

---

<sup>1</sup> Honorine Pegdwendé S., « L'approche qualitative et ses principales stratégies d'enquête » <https://scienceetbiencommun.pressbooks.pub/projetthese/chapter/methodes-qualitatives-de-recherche/> consulté le 10/09/2022.

**8-1 Présentation des informateurs de la première génération**

Ce tableau suivant représente l'ensemble des informateurs de la première génération

	<b>Nom et prénom</b>	<b>Age</b>	<b>Village</b>	<b>Situation familiale</b>	<b>Profession</b>
<b>Ancienne génération</b>	Amri Dalila	50 ans	Ait Enzar	Mariée	Femme au foyer
	Yous Khelidja	88 ans	Ait Enzar	Veuve	Idem
	Farah Tassadit	70 ans	Soumer	Veuve	Idem
	Lamari Hakima	51 ans	Soumer	Mariée	Idem
	Ahmim Zaina	53 ans	Ait Hemou	Mariée	Idem
	Arab Fatiha	59 ans	Ait Hemou	Mariée	Idem
	Yousfi Saliha	74 ans	Ait Enzar	Mariée	Idem
	Yous Rosa	50 ans	Ait Enzar	Célibataire	Confectionneuse

**8-2 Présentation des informateurs de la deuxième génération**

Ce tableau suivant représente l'ensemble des informateurs de la deuxième génération.

	<b>Nom et Prénom</b>	<b>Age</b>	<b>Village</b>	<b>Situation familiale</b>	<b>Profession</b>
<b>Nouvelle génération</b>	Amarouchen Rayane	21 ans	Ait saci	Célibataire	Universitaire
	Kaci Samia	23 ans	Ait Enzar	Célibataire	Idem
	Hemmar Thileli	24 ans	Soumer	Célibataire	Idem
	Yous Tamazouzt	25 ans	Ait Enzar	Célibataire	Idem
	Hani Djedjiga	26 ans	Ait Enzar	Célibataire	Femme au foyer
	Mahious Fazia	28 ans	Ahdouche	Célibataire	Universitaire
	Alamara Soraya	27 ans	Ait saci	Célibataire	Idem
	Si hadj Mohand Fariza	37 ans	ifarhounene	Mariée	Confectionneuse

**9- Les difficultés rencontrées**

Les principales difficultés rencontrées dans notre travail de recherche sur l'art culinaire chez la nouvelle génération de la région de la région d'Iferhounene, précisément dans la commune d'Iferhounene ce résume comme suit :

- Malgré nos sollicitations, certain personnes n'ont pas voulu donné suite à nos différents rendez-vous à fin de répondre à nos questions.
- La réponse de certaine informateurs ne sont pas fiable, et sont par conséquent incohérentes.
- A plusieurs reprises durant l'entretien nous poserons la question sur les fonctions symbolique de chaque plat, mais la réponse de la plupart est incomplète. Elles dites seulement que ce sont des traditions qu'on a trouvées.

**10-Ethnographie du terrain :****10-1 Ethnographie de la commune d'Iferhounene<sup>1</sup> :**

La commune d'Iferhouneneest située dans le massif central de Djurdjura, au sud-est de la wilaya de Tizi-Ouzou, à la limite de la wilaya de Bouira. Elle correspond au territoire de la tribu Kabyle des Ait Itsouragh, tribu puissante du Djurdjura qui tiendra tête à tous les envahisseurs.

Il est noté que le puissant les Ait Itsouragh sont cités par Ibn Khaldoun dans le « Livre des Exemple », ils appartenaient à la grande tribu des Zouaouasà côté des Ait Manguellat, les Ait Fraoucen, les Ait Iraten...

Epoque ottomane : Cette commune ne sera jamais occupée par les trucs et fera partie du Royaume de Koukou, la tribu AtItsouragh a fournis beaucoup aux côtés des trucs. Après de nombreuse victoire, les trucs seront à leur tour victimes des Kabyles.

La daïra d'Iferhounene est composée de trois communes :

- Iferhounene.
- Imsouhal.
- Illilten.

La population totale de la daïra est de 28 167 habitants pour une superficie de 84,472 5 km<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> APC Iferhounene , Service Urbanisme, RGPH 2008.

La commune d'Iferhounene est composée aussi de 22 villages :

- Ahdouche.
- Ait Ali Ou Yahia.
- Ait Arbi.
- Ait Enzer.
- Ait El Mansour
- Ait Hamou.
- Ait IdirOuali.
- Ait Saci.
- Ait YhaOuameur.
- Béchar.
- Bouaidel.
- Ibelkissène.
- Ikhdachen.
- Iverver.
- Iferhounen (chef-lieu de la commune).
- Imzouagh
- Menia.
- Lazib.
- Soumer.
- Taourirt Ali ou naceur.
- Tikilsa.
- Tirourda.

**Conclusion :**

Ce chapitre nous a permis de donner une idée générale sur la méthode et les techniques utilisées à laquelle nous avons fait appel pendant la durée de notre recherche nous avons présenté, une explication sur la problématique de notre thème.

**Chapitre 2**  
**Éléments historiques des systèmes**  
**Alimentaires traditionnels**

### **Introduction :**

L'histoire de l'art culinaire a parcouru un long chemin mouvementé, ce qui fait que la nourriture reste un besoin primaire de l'espèce humaine, autrefois nos ancêtres se nourrissaient de tout ce que la nature leur offrait comme viandes, fruits, insectes, poissons, plantes. Par la suite, la découverte de feu leur a permis de passer de l'alimentation crue à l'alimentation cuite afin de rendre sa nourriture plus adaptée à manger. Au cours du temps, l'art culinaire s'est de plus en plus raffiné jusqu'à la naissance des grandes cuisines du monde, la cuisine fait donc partie des techniques culturelles de la plus ancienne et importantes de l'humanité. Il est également important de noter que l'alimentation a des valeurs et des signes symboliques.

La cuisine Berbère est une cuisine traditionnelle riche en épices, qui est, en même temps normal, basé sur des aliments naturels qui leur assuraient une excellente santé puisqu'elle est essentiellement faite par les femmes à la maison.

L'alimentation joue un rôle plus important dans le monde culturel Berbère, elle est connue par sa fraîcheur et ses couleurs, sa vivacité et ses doux arômes ce qui fait qu'elle attire l'odorat et la vue et le goût, et elle se diffère aussi d'une région à une autre.

### **1- L'alimentation de nos ancêtres :**

L'histoire de l'art culinaire indique que la cuisine évolue dans son contenu et que les Berbères ont un art culinaire spécifique qui leurs ont permis de résister aux conquêtes, aux invasions et à la colonisation par leurs règles de préparation, les aliments et le mode de consommation.

La cuisine Berbère se caractérise par la variété de ses plats. Ils connaissaient la transformation des produits et leurs conservations grâce aux simples opérations et élaboration culinaire qui combinaient le feu, l'eau et les matières premières.

« Autrefois, les Berbères vivaient des produits de leurs champs et de l'élevage, leurs régimes alimentaires étaient à base de lait, de céréales, de fruits et de miel, ce qui, selon les anciens, leur assurait une grande résistance physique et une longévité remarquable ».<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> -HADDADOU. M. A, Le guide de la culture Berbère, Ed, Ina-yas, 2002. P.126.

## **Chapitre 2: Éléments historiques des systèmes alimentaires traditionnels**

---

Ils étaient de grands consommateurs de produits naturels comme les céréales (blé, orge) ce qui leurs assuraient une excellente santé. Les pauvres utilisent l'orge sous forme de galette et de couscous et la farine de blé est réservée pour les fêtes.

« L'orge était autrefois la nourriture des pauvres qui l'utilisait pour faire son couscous et sa galette ».<sup>1</sup>

« La farine de blé était autrefois un élément de luxe : on la réservait aux grandes occasions, comme les mariages et les circoncisions ».<sup>2</sup>

Cette alimentation était complétée par des légumes et des fruits et parmi ces légumes, on trouve en abondance les fèves et les petits pois, consommés vertes ou sèches, les Berbères montrent que cette dernière constitue un imaginaire culinaire qui représente la force, la fécondité et la longévité.<sup>3</sup>

La fève est consommée de diverses façons avec ou sans grains, elle entre dans la composition de nombreux plats dont le couscous, on la mange également lors de certaines fêtes comme l'Achoura ou Yennayer.<sup>4</sup>

Dans l'alimentation Berbère, on trouve une merveilleuse fontaine qui suffit à leurs besoins durant l'année qui est figues ; sèches et conservées « Dans les foyers pauvres, une poignée de figues et un morceau de galette constituent tout le repas ».<sup>5</sup>

Les Berbères dégustent plusieurs sortes de viandes ; mouton, chèvre, bœuf, veaux et dans la société Berbère mangé de la viande et s'approprier une énergie, et la viande n'est jamais sans significations, il faut mentionner que la majorité des religions prescrivent des interdits alimentaires. La tradition musulmane prohibe la consommation de certaines viandes comme le porc, les sangliers, les cynophagies.

Il est très important de dire que le lait chez les Berbères est considéré comme leurs nourritures principales, comme nous le dit le proverbe Touareg : « L'eau c'est l'âme, le lait nous fait vivre ».<sup>6</sup> Et sa blancheur représente l'innocence de la bonne action.

---

<sup>1</sup> -Idem.

<sup>2</sup> -Idem.

<sup>3</sup> -Idem.

<sup>4</sup> -Idem.

<sup>5</sup> -Ibid. P. 130

<sup>6</sup> - <http://encyclopedieberbere.revues.org>

### **2- La cuisine traditionnelle Kabyle :**

Les kabyles représentent une partie intégrante des Berbères, on trouve chez eux une multitude de caractéristiques dans leurs cuisines qui jouent un rôle important que d'autres et qui est chargées de l'imaginaire de leurs cultures.

Dans la famille kabyle, la tâche de cuisinier est l'une des travaux de la maison qui est le domaine réservé aux femmes seulement sous la supervision de la matriarche.

La cuisine Kabyle c'est le goût brut, celui de la montagne, frais, épuré ; celui d'un champ de blé après la moisson et celui des légumes, bios par nature.

La cuisine Kabyle, comme toutes les cuisines traditionnelles, évoque pour celui qui la connaît, l'image de la mère tamisant sa semoule, roulant son couscous ou pétrissant sa galette.

La région Kabyle de « Ifarhounene » a un régime alimentaire riche et simple, ce qui la distingue et la caractérise du reste des régions, comme elle est connue par sa diversité des plats traditionnels qui tiennent une place supérieure dans la cuisine familiale qui est essentiellement basée sur des produits naturels. D'après notre recherche dans la région en question, nous avons pu voir la préparation de ces plats avec l'aide des femmes âgées qui nous ont aidés à réaliser nos entretiens, et nous avons aussi pu avoir quelques recettes de ce savoir-faire qui se présente ci-dessous.

#### **2-1 Les plats traditionnels :**

##### **➤ Le couscous :**

Le couscous est le plat traditionnel emblématique des pays Maghrébines (Tunisie, Maroc, Algérie, Libye, Mauritanie et le Sahara occidental), il est comme une nourriture de base et propre aux berbères, c'est la spécialité la plus connue et la plus célèbre « La plus belle invention culinaire des berbères et aussi la plus célèbre »<sup>1</sup>. Il occupe une place prépondérante dans la cuisine traditionnelle à la base d'une graine obtenue à partir de la semoule, et c'est pourquoi l'histoire de ce plat est indissociable de l'histoire de la céréale la plus cultivée au monde : le blé. Comme il est officiellement déclaré un patrimoine maghrébin commun. C'est un plat quotidien, économique qui est à la portée de tout le monde, mais se déguste aussi lors des occasions spéciales (mariage, cérémonies religieuses, naissance, décès...), il revêt

---

<sup>1</sup>-Ibid. P.122.

## Chapitre 2: Éléments historiques des systèmes alimentaires traditionnels

---

également une symbolique très forte, car c'est un plat de partage et de solidarité. On se réunit volontiers autour d'un bon couscous pour renforcer les amitiés, les alliances ou pour témoigner de l'hospitalité et de la générosité.

Il excite plusieurs sortes de couscous « *les couscous Kabyles se préparent pratiquement avec tous les légumes et un certain nombre de cardes d'artichaut (Taga), le chardon (Tayeddiwt), la carotte (zzrudiya), la courge (taxsayt), le fenouil (lbesbas), la fève (Ibawen), l'oignon (lebşel) etc* ». <sup>1</sup> La préparation de ce plat ainsi que le choix des ingrédients dépendent des climats et des régions, mais aussi du pouvoir d'achat de chaque famille. D'après nos enquêtes, Nna Dalila est une vieille femme mariée de 70 ans, qui a beaucoup d'expérience sur l'alimentation. Elle nous affirme que : « *le couscous est l'aliment essentiel chez les kabyles, qu'il soit riche ou pauvre ; un couscous pauvre ne comporte pas beaucoup d'ingrédients, par contre un couscous riche comporte beaucoup d'ingrédients* ».

- **Couscous à gros grains (barkukes) :**

« *Le berkukes ou couscous à gros grains, préparé comme le couscous mais que l'on peut cuire une seule fois à la vapeur. Le grain est versé dans le bouillon où cuisent les légumes. Comme seksu, berkukes est un mot berbère passé à l'arabe dialectal* » <sup>2</sup>

D'après nos enquêtes (l'ancienne génération) il y'a deux sortes de barkukes :

- **Barkukes aquran :** Faire rouler l'orge avec un peu d'eau et le laisser de côté le moment de préparer les ingrédients (tomate, oignon, carotte, pomme de terre, persille, sel, poivron rouge, poudre, l'eau) dans une terrine, puis mettre le couscous dans un couscoussier et le déposer sur la terrine pour la cuisson en vapeur, vers la fin faire mélanger le couscous avec la sauce jusqu'à ce qu'il aspire toute l'eau de la terrine, à la fin verser le tout dans une grande terrine et mettre un peu de l'huile d'olive pour la dégustation.

---

<sup>1</sup><https://www.depechedekabylie.com/evenement/53285-lart-culinaire/#:~:text=%E2%80%9CLE%20couscous%20est%20chaud%20et,signaler%20%C3%A0%20la%20m%C3%AAme%20%C3%A9poque> consulté le 05/07/2022.

<sup>2</sup><https://www.depechedekabylie.com/evenement/53285-lart-culinaire/#:~:text=%E2%80%9CLE%20couscous%20est%20chaud%20et,signaler%20%C3%A0%20la%20m%C3%AAme%20%C3%A9poque> consulté le 05/07/2022.



Berkukes aquran- cuisiné aux différents légumes.

- **Barkukes yehlulin** : Il se prépare de la même façon que le précédent, mais avec une quantité d'eau plus, à la fin de la cuisson, il contient beaucoup de sauce.



Berkukes yehlulin - légumes et beaucoup de sauce.

- **Couscous d'orge (seksu n ubarbuc)** : Faire mélanger aclim n temzin avec le gland sucré en poudre et les rouler en utilisant l'eau pour donner des grains de couscous pour les femmes et pour les hommes, c'est le couscous d'orge. Une fois qu'il est cuit sur la vapeur de la sauce [lentilles, petit pois "tacnit"...] pour la première fois puis arroser le couscous avec d'eau et laisser gonflé, séparer en frottant les grains entre les mains « ardam » afin de supprimer tous les petits grumeaux et ajouter un peu de

## Chapitre 2: Éléments historiques des systèmes alimentaires traditionnels

---

l'huile d'olive et de sel et remettre à cuire dans le haut de couscoussier, en fois que le tous est cuit, ils rajoutent de l'huile d'olive pour la dégustation.



Couscous a la semoule d'orge aux différents légumes.

- **Couscous aux chardons (seksu d tyeddiwt) :** enlever les feuilles des scolyme puis les couper en petits morceaux et les mettre dans l'eau au fur et à mesure et laver deux fois ou plus, mettre la cadre avec du sel et les fèves (ibawen n yizeggaren ou ibawen n yiger) au haut du couscoussier et le laisser à la vapeur. Après faire jeter les cadres au bas de couscoussier où il y a déjà de la viande sèche (acedluh). Pendant la cuisson de la sauce le couscous, il se prépare à la vapeur, à la fin servir le couscous avec la sauce.



Couscous aux chardons.

## Chapitre 2: Éléments historiques des systèmes alimentaires traditionnels

---

- **Couscous à la vapeur (amexlud) :**
- **Couscous aux fèves (amexlud s ibawen) :** faire cuire les petits pois et les fèves décortiquées salés à la vapeur, arroser le couscous avec le l'huile d'olive et le cuire sur la vapeur dans le haut de couscoussier en deux fois et entre chaque tour, il faut verser le couscous dans une grande terrine, remuer avec les mains, arroser avec l'eau et les remettre à cuire dans le haut de couscoussier. Dès que le couscous est cuit, arroser avec l'huile d'olive et le mélanger avec les petits pois cuits et des fèves et les servir.



Couscous aux fèves servi avec du petit lait.

- **Couscous au navet (amexlud n left) :** Faire couper les feuilles de navet (tagarza) en petits morceaux comme les chardons, la pomme de terre, la tomate, l'oignon et les mettre dans le couscoussier pour les cuire, puis faire le couscous et mélanger le tous vers la fin et rajouter un peu de l'huile d'olive.



Couscous aux navets et ses feuilles servi avec du petit lait et piment.

## Chapitre 2: Éléments historiques des systèmes alimentaires traditionnels

---

- **Couscous de chihboudh (amexlud n cihbud)**: Il se prépare avec les mêmes ingrédients, mais à la place de tagarza c'est le chihboudh (c'est une plante qui a des petites fleurs rouge).



Couscous aux coquelicots et autres herbes.

- **Couscous de Yennayer (seksu bu seb3a n yisufer)**: mettre dans une terrine la pomme d terre, la tomate, l'oignon, la carotte, potiron (taxsayt taqurant), poulet, fèves (ibawenat 3amayen),(lubyan mla3yun), cela dépend de ce qu'il y a dans la maison.



Couscous du nouvel an "yennayer" préparé aux 7 ingrédients

- **Abazin**: Faire rouler le blé jusqu'à qu'il soit comme le barkukes, puis mettre les légumes disponibles à la maison [fèves (ibawen n yiger iquranen), potiron (taxsayt taqurant tazeggaght), navet, tassemt taqdimt ou achedlouh] dans une terrine pour les

## Chapitre 2: Éléments historiques des systèmes alimentaires traditionnels

---

cuire, puis rajouter le couscous, à la fin mettre le tout dans une grande terrine pour le servir avec un peu de l'huile d'olive.



Abazin préparé avec des légumes et feuilles.

➤ **Tabuftat :**

- **Tabuftat n tbaqit :** dans une marmite, mettre l'huile d'olive, l'oignon, l'ail, la tomate, la graisse, la citrouille ajoutée, un peu de poivron rouge et le sel.

En ce moment, préparer la pâte : mélanger la semoule et l'orge, le sel puis incorporer l'eau petit à petit, jusqu'à obtenir une pâte homogène.

Bouler la pâte, puis la plier en trois et la couper en bande fine et les saupoudrer « asembl » avec la semoule pour séparer les bandes.

Après la cuisson des légumes, jeter les bandes de pâte à la sauce et laisser cuire.



Tabuftat, plat kabyle en sauce.

➤ **Afdir :**

Pour la préparation de la pâte, il faut mettre dans une terrine la semoule et le sel, puis mélanger avec l'eau et pétrir avec les paumes des mains pour donner une pâte molle puis la façonner en boule et laisser se reposer pour faire l'étalage plus facilement.

## Chapitre 2: Éléments historiques des systèmes alimentaires traditionnels

---

Dans une marmite, mettre les vermicelles et les œufs pour les cuire et les laisser de côté. Une fois la pâte s'est reposée, il faut étaler les boules au maximum avec les doigts en forme d'un cercle puis la mettre sur un poêlon chauffer sur un feu puis laisser se refroidir un peu et les couper en petits morceaux et les mélanger avec les vermicelles et les œufs dur à la fin rajouter l'huile d'olive pour la dégustation, ce plat généralement se déguste lors des occasions comme Yennayer, l'aid, Taεacurt...



Afdir en sauce servi avec du piment.

### ➤ Ifelfel umejjux :

Laver les poivrons rouges préalablement sécher, mettre le tout dans une marmite avec la pomme de terre et les œufs pour les cuire. Mixer le tout et rajouter l'huile d'olive pour la dégustation avec la galette.



Ifelfel umejjux kabyle traditionnel.

### ➤ **Ticuftin :**

Mettre dans une terrine la semoule et le sel, mélanger en utilisant la pâte molle, ensuite la façonner en boule et laisser reposer. Pour la sauce, il faut mettre dans une marmite large la tomate, l'oignon, poivron rouge en poudre et le persil, puis laisser bouillir le mélange. De l'autre côté, faire étaler la boule de pâte avec les doigts au maximum en forme de cercle, puis la jeter sur la sauce dans la marmite pour la cuire à l'aide de la vapeur de mélange, et retirer ensuite pour la déguster en rajoutant l'huile d'olive à la fin faire cuir 3 ou 4 boules et les ménager avec la sauce pour donner un askaf/achrab ..



Ticuftin en sauce avec la pâte cuite en accompagnement.

### ➤ **Tacewwadt :**

Dans une terrine, mélanger la semoule et le sel avec l'eau, pétrir quelques minutes la pâte puis la partager et la façonner en boule et étaler un peu chaque boule avec les mains puis mettre de l'huile d'olive sur les boules et les mettre l'une sur l'autre, laisser reposer après étaler les boules jusqu'à obtenir une pâte un peu fine et la cuire sur un poêlon chauffer sur un feu puis découper la pâte en petits morceaux et laisser sécher.

Pour la préparation, ça se fait en deux manières :

Faire cuire la pâte avec le lait et rajouter l'huile d'olive pour la dégustation ou préparer une sauce en mettant dans une marmite la tomate, pomme de terre, l'oignon, poivron, graisse, le sel, et rajouter la pâte pour cuire le tout et le déguster avec l'huile d'olive. Ça se nomme tacewwadt n lebsel.



Tacewwadt cuite avec du lait Tacewwadt cuite avec de la sauce.

### ➤ **Tawzit :**

Mettre dans une marmite la tomate, poivron rouge, persil, graisse, le sel, et rajouter la semoule de blé et laisser le tout cuire jusqu'à qu'il devienne comme le couscous, puis le déguster en mettant l'huile d'olive à la fin.



Tawzit cuisiné en sauce rouge avec l'huile d'olive.

### ➤ **Galette :** D'après nos enquêtées, on trouve plusieurs sortes de galette :

- **Galette farcie (ayrum n lahwal) :** faire préparer la farce, mettre l'oignon, l'ail, poivron en poudre, poivron piquant, (tassemt) dans une poêle pour les cuire à un petit feu, vers la fin rajouter la plante de (felgu) et le persille frais et les laisser de côté, pour préparer la galette (mélanger la semoule avec le sel et l'eau jusqu'à donner une pâte puis la diviser en deux boules, prendre la première boule et l'étaler en un cercle puis mette la farce puis faire la même chose pour la deuxième boule et couvrir la farce et le

## Chapitre 2: Éléments historiques des systèmes alimentaires traditionnels

---

toutes donne une galette farcie puis la cuire sur le poêlon et elle se déguste avec de l'huile d'olive.



Galette farcie aux légumes et herbes.

- **Galette aux feuilles de chardons et les feuilles de navet (ayrum n wecraw) :** faire cuire les feuilles de la cadre et du navet avec l'eau salé, puis les mettre dans une grande terrine et rajouter de semoule ou de blé ou d'orge (ce qui est disponible à la maison) peu à peu jusqu'à former une patte, et après faire étaler la patte en forme de galette et la cuire sur le poêlon déguster avec l'huile d'olive.



Galettes aux feuilles de navets et feuilles de chardons.

- **Galette d'ail triquètre (ayrum n bibras) :** cueillir la plante d'ail triquètre (bibras) la laver puis la rajouter au blé ou l'orge ou le gland sucré poudré et mélanger le tout pour donner une galette puis la cuire sur le poêlon et l'huile d'olive pour la dégustation.



Galette à l'ail triquètre servis avec l'huile d'olive.

- **Galette d'oignon (ayrum n lebşel) :** Faire couper deux ou trois oignons et le mettre dans une poêle avec un peu de l'huile d'olive pour la cuisson, ensuite mélanger l'oignon avec l'orge ou ce qu'il y a à la maison et former une galette et la cuire sur le poêlon et la manger avec l'huile d'olive.



Galette d'oignon avec l'huile d'olive.

- **Galette simple (ayrum n ubellud ou ayrum lmeqcur) :** Faire mélanger un peu de semoule ou de blé ou d'orge ou gland poudré avec un peu de sel et mélanger le tous avec de l'eau jusqu'à donner une pâte et la former en galette de deux centimes d'épaisseur et la cuire sur le poêlon et faire passer une tranche de tomate sur les côtés

## Chapitre 2: Éléments historiques des systèmes alimentaires traditionnels

de la galette une fois qu'elle est cuite pour donner plus de gout et de couleur, et pour la dégustation, elle se déguste avec l'huile d'olive ou avec d'autres plats.



Galette simple au blé et orge.

- **Pain levé (tamtunt) :** Délayer dans une grande terrine la semoule, la levure sèche, le sucre, l'huile d'olive avec de l'eau tiède, mélanger le tout ensuite pétrir la pâte vigoureusement « a3rrak » avec les deux poings en la déchirant et en la poussant vers l'avant, dès que celle-ci est lisse, la diviser en boules « aqras », étendre un linge « tissu » propre sur une surface allongée, disposer les boules l'une à côté de l'autre, aplatir chaque boule les couvrir avec un autre linge propre et les laisser lever, dès qu'elles auront doublé de volume, poser la galette sur le poêlon et mettre un autre en dessus pour cuire les deux côtés de la galette.



Pain levé (Tamtunt).

- **Crêpes (tiyrifin) :** Il y a deux sortes de crêpe kabyle (tiyrifin)
- **Crêpes (tiyrifin n una3ruk) :** Délayer la semoule et le sel avec l'eau jusqu'à obtenir une pâte douce puis l'étaler entre les mains avant de la mettre dans un poêlon pour la

## Chapitre 2: Éléments historiques des systèmes alimentaires traditionnels

---

cuire et rajouter une autre crêpe sur celle qui était dans le poêlon avant pour les cuire ensemble et donner un peu d'épaisseur, et mettre un peu de l'huile d'olive vers la fin.



Crêpes simples avec l'huile d'olive.

- **Crêpe farcie (tiyrifin n lahwal) :** mélanger la semoule et le sel avec de l'eau jusqu'à qu'il devient un liquide et le laisser de cote pour se reposer le temps de préparer la farce (couper une quantité d'oignon, d'ail et la graisse alimentaire et les mettre dans une poêle pour la cuisson avec un peu de l'huile d'olive et une fois que le tous est cuit faut rajouter de la menthe sauvage et de persil frais) ensuite faire verser une quantité de la pâte liquide dans un panier de poterie à l'aide d'une louche et une fois la première crêpe est cuite, il faut verser une autre et mettre de la farce en dessus avant qu'elle soit cuite et déposer la première crêpe sur la farce pour la cuisson finale et avant la dégustation il faut mettre de l'huile d'olive.



Crêpe farcie à l'oignon et autres herbes avec l'huile d'olive.

## Chapitre 2: Éléments historiques des systèmes alimentaires traditionnels

---

- **Beignets (lesfengġ /tiġbulin)** : Mélanger la semoule et le sel avec de l'eau pour obtenir une pâte douce et molle puis laisser de côté pour se reposer ; faire chauffer l'huile dans une poêle, prendre un peu de pâte et l'étaler en petit cercle entre les mains ensuite le mettre dans l'huile pour la cuisson.



Galette ou beignet simple cuit dans l'huile.

### ➤ **Lemsemmed :**

Mettre dans une terrine la semoule et le sel, mélanger bien à l'eau pour donner une pâte puis pétrir avec les paumes des mains jusqu'à obtenir une pâte molle et la façonner en boules et laisser se reposer 1 ou 2 heures. Puis faire étaler la boule avec les doigts au maximum en forme d'un cercle, ensuite plié la pâte en formant un carré et la cuire sur un poêlon chauffé sur le feu.



Lemsemmed cuit avec l'huile d'olive.

## **Chapitre 2: Éléments historiques des systèmes alimentaires traditionnels**

---

### **2-2 Les anciennes boissons chez les kabyles:**

Avec cette large panoplie de plats traditionnels, consommés également avec du lait de vaches, chèvres ou bien chameaux (pour les berbères du sud), ou du lait transformé, à savoir ce qu'on appelle le petit lait (Iyi) ou bien le lait caillé (Ikkil), nos ancêtres employaient une multitude d'outils afin d'avoir les matières premières telles que la farine à partir des graines, mais aussi des carafes d'eau fabriquées soit à partir de terres, d'argile, ou bien de peaux d'animaux sèches et cousues par la suite pour prévenir toute fuite.

- **Ayefki (le lait) :**

Connu pour toutes ses vertus mondialement, les kabyles consommaient du lait également, grâce à l'élevage bovin qu'ils faisaient, les femmes avaient l'aptitude physique de traire les vaches, chèvres et brebis et d'en extraire un lait naturel pur consommé soit en petit déjeuner ou en accompagnement à certains plats, voire aussi pour cuisiner plusieurs recettes, ce dernier, est aussi utilisé pour faire d'autres boissons à savoir le petit lait, le lait caillé mais aussi du beurre.

- **Iyi (le petit lait) :**

Le lait caillé est versé dans l'outre à baratter, dans une courge plantée dans leurs potagers et séchée pour en faire cet outil, avant d'être fermée, l'outre est gonflée d'air, afin de la baratter et obtenir le petit lait (Iyi) mais aussi le beurre (Udi). La femme, ici, la prend sur les genoux et l'agite et baratte en cadence jusqu'à ce que « le lait soit à point », jusqu'à ce que soient séparés : le beurre et le lait aigri et écrémé. Qu'on consomme souvent avec le couscous.

- **Ikkil (le lait caillé) :**

Le lait ou bien petit lait (Iyi) qui reste après avoir retiré le beurre et la quantité souhaitée, est placé au soleil jusqu'à ce qu'il caille, c'est un processus qui fait acidifier le lait restant sous la chaleur et pression dans la courge. Le lait caillé est versé dans un petit récipient fait à base d'argile ou de peau animale pour le garder et le consommer avec le couscous ou différents plats.

### **2-3 Viandes et graisses :**

Il y a plusieurs types de viandes et de graisses produites et consommées par les kabyles d'avant, les graisses sont surtout animales tout comme la viande, mais aussi végétales, on cite parmi elles :

## Chapitre 2: Éléments historiques des systèmes alimentaires traditionnels

---

- **Graisses animales :**
  - **Udi (le beurre) :**

Après que le beurre se forme dans la baratte avec le petit lait à base de lait de vache ou chèvre, la femme y met un peu d'eau froide pour figer le beurre. C'est tout un art de saisir le beurre, ici la femme engage son bras tout entier à l'intérieur de l'outre, l'ayant posé à terre, elle exerce une série de pressions de bas en haut avec sa main, qui vont faire remonter le beurre du petit lait, et le prend. S'il doit être consommé rapidement, le beurre est placé dans un petit pot d'argile avec du sel et des feuilles de genévrier, sinon on le fonde avec du sel dans une marmite où se forme au fond de la marmite un dépôt au-dessus duquel surnage le beurre cuit, qu'on utilise pour cuire.

- **Acedluḥ ou laxliε (la graisse animale) :**

Ce qui est la graisse retirée dans certaines parties de l'animal chassé ou durant les jours de l'Aïd, car il n'était guère question de toucher à celles du troupeau et de l'élevage, sauf en l'honneur d'un mariage ou naissance ou d'un cavalier, ou à l'occasion d'un sacrifice offert à la mémoire d'un saint protecteur. C'est ainsi que les femmes sèchent la graisse avec du sel pour les incorporer dans la cuisson des plats, mais aussi des fois, la graisse retirée et lavée et fondue pour être aussi utilisé dans le même prétexte.

- **Zitn uzemmur (huile d'olive) :**

En plantant plusieurs oliviers dans leurs champs, à l'heure de la cueillette des olives faite par toute la famille vers généralement la mi-novembre ou octobre, les kabyles récoltaient les olives noires et mures dans des grands sacs, les transportaient à dos d'âne vers le moulin et pressoirs traditionnels, où les olives cueillies devront passer par plusieurs étapes afin d'en extraire l'huile, chose que les kabyles consomment en grande majorité l'huile d'olive en cuisson, pour assaisonner et aussi pour accompagner certains plats.



Huilerie kabyle traditionnelle qui presse les olives.

## **Chapitre 2: Éléments historiques des systèmes alimentaires traditionnels**

---

### **Conclusion :**

D'après ce qu'on vient de voir l'art culinaire Kabyle, ce n'est pas limité à un plat particulier, c'est avant tout une histoire, celle des habitudes alimentaire de notre pays, depuis la préhistoire à nos jours, de l'utilisation des ressources locale, des techniques de conservation et de préparation, d'une étude des ustensiles et des instruments.

Il est à noter que la localité d'Ifarhounene est une région rurale où les villageois plus au moins conservateurs par rapport à ceux de la ville, surtout en ce qui a rapport avec les traditions ancestrales. La femme donc est y restée le pilier sur lequel repose la tradition.

## **Chapitre III**

# **L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation**

## Chapitre 3 : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation

---

### Introduction :

Avec l'avancement et la croissance des populations, guerres entre civilisations, et bien plus d'autres facteurs qui ont tous contribué à modifier les habitudes humaines de plusieurs peuples, il est notamment important de citer le changement des habitudes alimentaires à travers le monde.

A cause des échanges entre les peuples et les multiples influences des uns sur les autres par le biais des moyens technologiques développés et les progrès de la mondialisation qui permettent aux peuples du monde entier de se communiquer.

Notons également que de grandes mutations qui marquent les secteurs de l'alimentation et nutrition, sont arrivées particulièrement lors de voyages touristiques dans son propre pays ou à l'étranger. Ces mutations sont en grande partie liées une double quête : celle de l'authenticité et celle de la qualité, car le touriste cherchera toujours à découvrir les coutumes et tradition culinaire des régions ou il s'y rend afin de connaître mieux son peuple, effectivement, on dit, on est ce que l'on mange et que très souvent comme dit Jean-Pierre polain « *l'alimentation permet à l'homme de se nourrir de nutriments, mais aussi de signes, de symboles, de rêves et de mythes qui l'intègrent à un groupe social et, de ce fait, permettent de l'identifier, à l'intérieur et à l'extérieur de ce groupe et à découvrir toute une vie et des visions aux senteurs et aux goûts différents* ». <sup>1</sup>

Il s'ensuit à dire que c'est le cas, chez nous, en Kabylie, qui, grâce à son histoire riche en guerres et colonisations, mais aussi à travers les quelques touristes et opérations d'expéditions menés dans les siècles passés, l'hypothèse à soulever vient à dire, si le patrimoine culinaire kabyle a pu subsister face à tous ces bouleversements, mais aussi l'influence qu'a eu la cuisine kabyle chez les autres, à savoir surtout à l'époque coloniale française, car c'est majoritairement celle qui a perduré dans nos régions.

### 1- L'art culinaire berbère à travers l'histoire :

L'histoire des Berbères, ou « Amazighs », remonte à des milliers d'années auparavant, et de ce fait, cette souveraineté Nord-Africaine s'étendait du Maghreb à l'Égypte antique, regroupant de nombreuses petites troupes et micro-villages pour former ses hémisphères et micro-royaumes, et qui disent différentes régions, disent qu'en raison des différences de

---

<sup>1</sup> Driss Boumezzout, *le patrimoine culinaire dans la dynamique touristique marocaine*, Horizons Maghrébins- le droit à la mémoire/ année 2006/ 55/ P.P 122-123.

### Chapitre 3 : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation

---

conditions atmosphériques, géographiques et environnementales, les Berbères anciens eux-mêmes ont déjà eu et vivent de multiples coutumes, traditions culinaires et modes de vie différents en fonctions de plusieurs facteurs différenciateurs.

On a longtemps cru que l'arboriculture et la céréaliculture présentes en Afrique du Nord avaient été introduites par les Phéniciens ou les autres colonisateurs d'avant, mais cette affirmation est contredite par des enquêtes linguistiques et recherches spécialisées qui montrent que la plupart des plantes cultivées dans la soupe kabyle portent des noms indigènes et propre à toutes les régions existantes dans la grande Kabylie. On s'aperçoit également que sa dernière arrivée sur la côte méditerranéenne amènera un changement de datation, mais aussi de nominations de divers domaines culinaires, il faut dire aussi que d'une certaine manière les arts culinaires européens, grecs et romains d'abord, ont trempé dans la cuisine berbère leurs plumes et on assiste au premier changement en cuisine, qui sera d'abord changé par le fameux couscous, un plat très populaire maintenant, mais qui était auparavant et qui a su aller au-delà de la méditerranée et conquérir le monde, on assiste à la première mutation dans la cuisine et qui aura pour premier changement qui viendra changer le fameux plat du Couscous, emblème et fierté Kabyle, *“ le couscous est présent en Afrique du Nord depuis la plus haute Antiquité, puisque sa présence est attestée avant l'arrivée des Phéniciens. Certes, il pouvait avoir un caractère plus grossier que ses formes actuelles, mais il était l'aliment de base, dont les Berbères ne se lassaient jamais, même s'ils en mangeaient tous les jours, selon un témoin en Andalousie ”*<sup>1</sup>, et depuis, il est établi qu'il a pénétré l'Andalousie dès le XIIIe siècle, jusqu'en Sicile, et ne cesse de conquérir le monde.

Après ces dernières vint le tour des Arabes qui sont venus occuper la Numidie (le royaume berbère d'Afrique du Nord) qui ont pu ajouter plusieurs arômes à certains plats, une cuisine assez similaire de la nôtre, mais avec des épices et senteurs encore plus développées et travaillées avec précisions afin de donner plus de goûts aux plats, et avec l'arrivée des Ottomans et culture Andalouse, qui en contrepartie, était encore plus riche dans son propre patrimoine et déjà assez connu parmi les pays du monde, les traditions culinaires en Algérie commençaient à changer vis-à-vis des nouvelles populations venues soit avec les Arabes de l'Islam ou des Ottomans, par exemple les régions du centre et un peu des régions côtières. Face à cette cuisine due à l'héritage ottoman et présente dans quelques villes, il y a une autre

---

<sup>1</sup> El Watan.com., *contes et légendes autour de la gastronomie algérienne*, 23 juin 2016 à 10h 00 min. <https://www.elwatan.com/edition/actualite/contes-et-legendes-autour-de-la-gastronomie-algerienne-23-06-2016> consulté le 14/09/2022.

### Chapitre 3 : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation

---

cuisine, celle des tajines et des autres mets qui accompagnent, qui se sont faufile dans cette culture culinaire, qui a commencé à changer petit à petit, ou à vrai dire à se développer sur certains aspects et compositions.

Au fil du temps, avec diverses incursions de pays européens essayant de construire des récifs berbères en ignorant leurs normes culturelles, culinaires et autres normes traditionnelles et coutumières, il y a eu plusieurs victoires, la ténacité des gens et leur engagement à préserver leur patrimoine, leur résistance mérite d'être notée, il s'ensuit à dire aussi que nous remarquerons que nos ancêtres, mais aussi nous-mêmes, avons tous et toutes, cet attachement à la nourriture d'avant, et comme nous l'avons vu avec les générations plus âgées, ils se sont donnés beaucoup de mal pour préserver cet héritage de plats.

En ce qui concerne la Kabylie, au point de vue de la qualité, le régime alimentaire de la majorité des Kabyles dans les temps anciens, même après la colonisation française, n'a pas pu changer, mais bien au contraire, on constate que les Français ont été influencés par la cuisine Kabyle, notamment par le couscous qui est devenu un plat populaire grâce aux pieds noirs et c'est ainsi que les plats kabyles ont conquis l'Europe. La Kabylie, isolée dans ses montagnes, a longtemps gardé ses traditions culinaires, et par ailleurs les premiers ethnologues européens qui l'ont visitée en témoignent. C'est l'occupation française, qui, en bouleversant les structures socioéconomiques et traditions de la Kabylie, a entraîné la misère et la sous-alimentation à un certain temps chez les Kabyles. « *On se rappelle l'enquête d'Albert Camus, effectuée dans les années 1940, sur la "Misère en Kabylie" où les gens, complètement démunis, devaient se contenter, pour leur alimentation, du son, d'orge ou d'une farine de glands, indigeste et peu nourrissante. À l'Indépendance, la Kabylie, comme le reste de l'Algérie, s'est ouverte au progrès* ». <sup>1</sup> Les modes alimentaires ont alors évolué, dès lors, des améliorations considérables ont été réalisées, dans les rations alimentaires, ainsi que des transformations dans les habitudes. « *Actuellement, les villages ont tendance à copier les villes et les vieux plats kabyles, car non seulement elle est simple et économique, mais surtout frugale, donc bénéfique pour la santé pour garder une certaine rigidité.* » <sup>2</sup>

---

<sup>1</sup><http://benilaalam.blogspot.com/p/patrimoine.html> consulté le 15/09/2022.

<sup>2</sup> idem

## **Chapitre 3 : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation**

---

### **2- Les plats kabyles entre le passé et le présent :**

Parmi les mutations et les changements qui ont touchés la société kabyle dans le domaine de l'alimentation, nous évoquons le passage du troc des produits alimentaire, qui est une pratique qui caractérisent les sociétés anciennes à la commercialisation et la vente des produits alimentaire qui présente dans la société actuelle contemporaine.

Dans les foyers kabyles et au sein des familles, les plats traditionnels sont considérablement pris au sérieux quand il s'agit de la cuisine, notamment les cuissons familiales et les préparations culinaires, car en effet, les valeurs nutritionnelles de ces plats sont très importants pour les Kabyles et aussi à la santé, ce qui implique aussi l'envie de vouloir garder et perpétuer ces traditions culinaires de générations en génération, et c'est là qu'on parle de transmission et que c'est une activité que le temps n'a pas changé et qui a permis de faire survivre tout un art de cuisiner chez tous les Kabyles. Cependant, des personnes, mieux informées et équipées d'ingrédients autrefois rares, tentent de donner à cette cuisine traditionnelle un aspect moderne, singulièrement sur le plan esthétique et décoratif, on retrouve plusieurs plats décorés avec des ingrédients modernes tels que le couscous, à qui on ajoute des noix, des amandes effilées et pleins d'autres épices.

La nourriture Kabyle, connue pour son côté familial également, rassemble non seulement les membres d'une même famille, mais des nations entières, car les moments les plus privilégiés tournent autour du Couscous, ou d'un bon petit plat traditionnel cuisiné avec attention et amour et d'une table à partager, qu'il s'agisse de se réunir pour parler et échanger des recettes Des femmes et leurs filles et des voisins, ainsi que des hommes qui forment des confréries, expliquent et illustrent de manière authentique le rôle de la cuisine et des plats kabyle. Qu'il s'agisse d'une fête religieuse, d'un mariage, d'accueillir un hôte ou un invité, ou de mourir, les gens se mobilisent autour d'un Couscous plus souvent, ou d'un plat symbolisant chaque occasion depuis longtemps, préparé de plusieurs manières, car le couscous est assez populaire en temps de mariage, mais aussi avec la mort.

En outre, les plats kabyles du passé étaient assez variés et continuateurs parmi les tribus, les saisons, le goût achevé des fruits, légumes, viandes et élément des céréales qui constituent des compositions majestueuses aux plats cuisinés, cette différence de plusieurs facteurs a créé la polyvalence et les adaptations aux changements culinaires également.

## Chapitre 3 : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation

---

### 2-1 Les céréales :

On cite plusieurs céréales composant les différents plats kabyles , parmi eux le blé, qui est considéré comme de l'or auparavant, car « *Le blé et l'orge, qui prennent une place importante dans l'alimentation des populations maghrébines, sont désignés sous toute l'ère berbère par les mêmes termes : timzin et irden. L'orge était autrefois la nourriture du pauvre, les graines d'orge grillés, puis moulus, donnent une autre friandise que l'on consomme avec plusieurs aliments désignés en berbères sous diverses façons, qui l'utilisait pour faire son couscous et sa galette. Celui-ci devait se contenter de déchets de la mouture d'orge qu'il mêlait au son pour en faire une consistance consommable. La farine de blé était un aliment de luxe qu'on réservait pour les grandes occasions comme les fêtes, cérémonies, rites religieux, etc. Les berbères étaient friands de grains de blé et d'orge grillés. Les graines de blé sont trempées dans de l'eau, décortiquée, sèches et grillés* ». <sup>1</sup>

Il y a également une majeure céréale consommé sans modération qui était le maïs, connu pour ses vertus et la facilité de cuisson on dit que « *Le maïs est connu des berbères sous divers noms : amesgur, asengar, agetuc akbal... Il est consommé grillé sur le feu de braise, mais on moule également ses grains et on en tire une farine qui sert pour la confection de galettes et de gâteaux traditionnels, ou aussi pour l'ajouter aux plats cuisinés notamment durant les temps froids* ». <sup>2</sup>

Par ailleurs, « *les berbères cultivent la fève (Ibawen) depuis la plus haute antiquité. On l'identifie le mot berbère au latin Faba, mais la plante est certainement autochtone, puisqu'il existe plusieurs variétés de fèves spontanées en Afrique du Nord. La fève est consommée verte ou sèche, avec ou sans grains, et avec sa peau verte délicieuse qu'on n'hésite pas à ajouter surtout aux couscous. Elle entre dans la composition de nombreux plats dont le couscous. On la mange par ailleurs lors de certaines fêtes comme Amager n Tefsut ou Yennayer (jour de l'an du calendrier berbère), et dans d'autres heureuses occasions. La fève représente, dans la symbolique berbère, la fécondité, la force et la longévité. Les graines de fèves sont aussi réduites en farine, elle sert à la préparation de nombreuses bouillies, cassée et séchée, elle donne une purée épaisse qu'on cuisine également comme un repas copieux* ». <sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> HADDADOU. M. A, Le guide de la culture Berbère, Ed, Ina-yas, 2002. P.127.

<sup>2</sup>Idem

<sup>3</sup>Idem

## Chapitre 3 : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation

---

Comme on peut déduire, la place des céréales et leur ténacité dans l'art culinaire kabyle est bien apparente, il s'ensuit à dire ou à parler enfin des petits poids, qui restent oubliés dans les catalogues des recettes, mais qui étaient très utilisés, on dit d'ailleurs que « *les petits pois sont souvent consommés avec les fèves, planté pareillement dans les champs avec les fèves et autres légumes, et au même titre que cette dernière, son nom est très ancien : tinifin (tajilbant qui est d'origine arabe)* ». <sup>1</sup> Les pois chiches également étaient consommés en plats, et en farine de petit poids, car les graines une fois séchées durcissent, on faisait alors l'extraction d'une farine de petit poids utilisé dans les galettes et autres plats.

Les glands (Abelluḍ) fréquemment cité par nos aïeux et connu durant la situation critique qu'a connu notre région durant la colonisation française à cause du manque des aliments, on moulait le fruit pour obtenir la farine et en faire du pain, une référence à une époque où les hommes faisaient preuve de courage et persévérance malgré la famine qui faisait peser son fléau et que seule la forêt pouvait offrir des ressources alimentaires comme les arbres de chêne.

### 2-2 Légumes et fruits :

Connu pour ses diverses sortes d'arbre et de plantation, et vu sa nature rigoureuse et riche en verdure, la Kabylie se caractérise par plusieurs qualités d'arbres qui pousse et une certaine polyvalence en arboriculture d'où les Kabyles tiennent les matières premières, un site parmi ces arbres majoritairement : les figuiers, les oliviers, les abricotiers et les pommiers, les différentes sortes d'agrumes et les vignes, cette large panoplie constituait de nombrables fruits qui sont consommés frais, ou conservés ou séchés afin de les consommer en hivers. Il est important aussi de souligner que chez les Kabyles, en cultive encore de nos jours dans les potages et les vergers plusieurs légumes et fruits, à savoir les arbres qu'on a cités auparavant, mais aussi les petites plantations telles que les oignons, les fèves et haricots, il y a également la tomate qui est considérée comme un légume avec laquelle on prépare plusieurs plats traditionnels d'ailleurs, et finalement la pomme de terre qu'on cultivera dans les petits champs près des maisons. Les légumes étaient généralement incorporés dans les bouillons, certains étaient de plus aussi mangés crus avec des galettes.

---

<sup>1</sup> Idem

## **Chapitre 3 : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation**

---

### **2-3 La viande :**

Il faut savoir c'est la viande était considérablement inaccessible à beaucoup de familles durant les anciens temps, étant un produit de luxe réservé uniquement aux occasions telles que les mariages et circoncisions et aussi aux fêtes traditionnelles Kabyles. Ceci dit, il y avait aussi une technique que les femmes maîtrisaient et qui était de sauvegarde de la viande qui était censée perdurer jusqu'à la saison nouvelle ou jusqu'à la prochaine acquisition de viande comme par exemple, acedluh, aqeddid ou lakhli3 qui était très populaire chez les familles et qu'on incorporait dans les plats cuisinés afin d'y ajouter un goût de viande. On profitait de fêtes, ou des sacrifices rituels, pour faire sa provision de viande séchée. Cette technique de sauvegarde de la viande consistait à découper les grosses quantités, en autres grosses lamelles entières de la viande afin de la travailler plus surement, mais aussi, on vient également y ôter quelques autres morceaux fins de graisse qui à la fois aussi un peu de viande, on vient de pré-déposer la viande qu'on a coupée sur les toits des maisons, tout en s'assurant qu'il fera soleil dans les prochains jours, ensuite, c'est au tour du sel et là les lamelles coupées de viande seront salées selon les proportions et l'envie de chaque famille, il faut savoir que la quantité de sel mise pour la viande diffère de chaque région à une autre, mais aussi selon l'utilisation de ces derniers dans la cuisine des plats traditionnels. Après avoir séché une partie, on vient alors retourner les autres parties restantes, les saler avec modération. Une fois le processus de séchage terminé, on vient superposer les lamelles sèches dans des jarres en terre fabriquées par les femmes qui vendent par la suite les utiliser dans la préparation des bouillons des plats traditionnels afin de donner plus de goût et d'avoir de la viande.

Viande de chèvres, veaux, mais aussi de moutons et la volaille d'élevage étaient les plus courants durant ces temps-là dans le but de satisfaire les besoins en viande de la population Kabyle autrefois.

### **3- Avant et après le couscous :**

Le couscous est appelé en Kabyle "seksu". Il est aussi appelé "Tâam" dans des autres régions d'Algérie, ce mot pratiquement arabe qui désigne tout simplement la nourriture et la cuisson, à simplicité de ce mot et donc accorder au couscous.

Avant le couscous, il y avait les herbes et légumes du potage, le pain de glands et autres céréales, la bouillie. Avec l'arrivée de l'agriculture, et l'instauration des nouveaux

### Chapitre 3 : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation

---

éléments et techniques, des plantations, des végétations en Kabylie, le fait de cultiver certaines variétés de graines et d'arbres fruitiers et légumes a considérablement fait baisser et réduit la famille, le besoin en nourritures et matières et le manque dont souffrait les Kabyles, mais elle ne les a pas libérés de la nécessité de moudre chaque jour leur grain ou de consommer sur les champs les produits cultivés. Pendant longtemps, ils se sont donc évertués à chercher le moyen d'inventer un produit pauvre en eau, mais que le pétrissage ou toute autre opération peut rendre suffisamment digeste ce qui aura une valeur nutritionnelle assez copieuse.

Le couscous se prépare en saupoudrant avec soin et tempérance, tout en le secouant de la main, de la semoule de blé dur. Cet arrosage scrupuleux a pour effet de rouler entre eux de nombreux grains de cette semoule, qui forment un grain de couscous, qui passera également par l'étape de la cuisson et de l'huilage afin de lui donner une bonne épaisseur en graines.

*Et puis vint le couscous.*

Aujourd'hui, on n'hésite pas à imputer l'invention du plat traditionnel du couscous, qui est une autre sorte de pâtes à petite allure, aux Berbères. En effet, ceux-ci furent les premiers à faire mousser la semoule de blé et d'orge et à y apposer de l'incorporation à l'huile, perfectionnant ainsi le traitement et la cuisine des céréales récoltées qui jusqu'alors s'exerçaient substantiellement pour la confection de paleron et de bouillie, surtout pendant les temps morts d'hiver.

Les auteurs romains, qui mentionnent parfois les modes culinaires des Berbères, ne mentionnent pas le couscous. On supposait donc qu'il ne vivait pas à leur époque. Cette supposition serait étayée par le fait qu'aucun couscoussier n'a été installé dans les hauts lieux archéologiques. L'apparition du couscous ne peut en conséquence être déterminée avec la délicatesse des études, mais on peut supposer qu'il remonte à l'Antiquité bien après les Romains et les Grecs, comme nous l'avions mentionné plus haut. Les Arabes ont dû discerner cette excentricité culinaire des Berbères dès le lancement, car au fil du temps le couscous a évolué et est devenu populaire, mais ils ne l'ont obtenu que tardivement au fil des décennies. Quand ils le feront, ils n'hésiteront pas à louer ses taux nutritifs et à souligner ses mérites médicaux.

Les cardinaux et essentielles vertus médicales du couscous sont accentués par un autre auteur algérien, Abderrazaq ibn Ahmadouche al Djaza'îrî (XVI<sup>e</sup> siècle) qui écrit dans son livre *Kachf Al Rumûz*, Les secrets dévoilés :

### Chapitre 3 : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation

---

*“Le couscous est chaud et sec au troisième degré. Il donne un chyle de bonne nature, il est très nourrissant. Mangé avec du sucre et du miel, il engraisse les sujets amaigris, il donne un sang de bonne nature.”<sup>1</sup>*

Les références au couscous se multiplient à partir de la colonisation française, mais aussi de l'époque des pieds noirs en France, tous les voyageurs européens qui ont séjourné en Algérie à l'époque coloniale, ont été frappés par cet aliment que les gens fabriquaient et consommaient en grandes quantités.

*« En 1962, les pieds noirs apportèrent avec eux tout un modèle de vie et de comportement, avec ses usages culinaires et sa forme de sociabilité, et introduisirent notamment le couscous. Par la suite, l'augmentation de la population maghrébine et la volonté de l'industrie agroalimentaire de s'emparer de ce nouveau marché furent les deux facteurs déterminants dans l'intégration du couscous à l'univers culinaire français ».<sup>2</sup>*

*« Arrivé avec les premiers immigrés d'Afrique du Nord, puis dans les bagages des pieds-noirs de manière plus décisive, le couscous est devenu un plat français, après avoir subi quelques modifications, au gré de ses transmetteurs et de l'imaginaire culinaire hexagonal. Aussi, avant d'aborder les procédés de sa fabrication, lors d'un prochain épisode, certaines précisions terminologiques ne semblent pas superflues ».<sup>3</sup>*

En Kabylie, le couscous est un plat authentiquement largement connu malgré l'élaboration de modes alimentaires et la préface de nombreux plats de mégapoles, moment singulièrement connu, alors que plusieurs autres plats kabyles se sont décomposés malgré le temps et au fil des époques. En effet, d'après nos entretiens, surtout avec l'ancienne génération connaissance des traditions culinaires, beaucoup de plats Kabyles n'ont pas pu résister au changement et à la modernité, même le couscous a subi des changements une fois mondialisé, un cité du couscous aux crevettes, merlan, toute sorte de viande, un couscous sucré ou avec acidité, chose qui gâche le charme que l'art de nourriture Kabyle avait essayé de maintenir pendant toutes ces années.

---

<sup>1</sup> <https://www.depechedekabylie.com/evenement/53285-lart-culinaire/#:~:text=%E2%80%9Cle%20couscous%20est%20chaud%20et,signaler%20%C3%A0%20la%20m%C3%Aame%20%C3%A9poque> consulté le 01/09/2022

<sup>2</sup> Wagda Marin. Le couscous : nouveau plat national du pays de France. In: Hommes et Migrations, n°1205, Janvier-février 1997. Migrants, réfugiés, Tsiganes, d'Est en Ouest. pp. 142-143.

<sup>3</sup> Wagda Marin. L'histoire d'une migration culinaire. In: Hommes et Migrations, n°1207, Mai-juin 1997. Imaginaire colonial, figures de l'immigré. pp. 163-166.

## Chapitre 3 : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation

---

### 4- Cuisine kabyle et modernité :

Avec la modernisation de tous les plats du monde, il est primordial à dire que même la cuisine Kabyle a eu sa part de modification et d'influence, les naissants de la nouvelle génération n'ont pas pu tout apprendre de notre ancien patrimoine culinaire à cause de plusieurs facteurs, comme avec l'avancement éco-sociale des peuples, les kabyles ont plus d'accès aux matières premières donc moins de famine qu'autrefois, chose qui a engendré une modification des plats, on retrouve par exemple une viande quasiment présente dans tous les plats, plus d'options de blé, d'orge et de graines, voire encore des graines exportées, et une multitude d'épices et d'ingrédients culinaires modernes.

“J'aime la nourriture d'aujourd'hui, je n'irai pas à dire qu'elles sont mauvaises ou pas bonnes, juste que je n'ai pas une préférence pour celle de nos jours, par exemple les beignets d'antan, les beignets d'antan ne sont plus les mêmes que ceux d'aujourd'hui, je trouve ce d'aujourd'hui déjà avec une forme bizarre qui me paraît comme un sanglier et aussi plein de graisse, rien n'empêche que j'en consomme. Il est aussi à dire que nous dans les temps anciens, nous n'avions pas accès au gâteau, au fromage ou à toutes ces choses comme produit maintenant, avant, il n'y avait pas autant de choix et de production en Kabylie..... moi pour ma part, je préfère la nourriture d'avant que celle d'aujourd'hui parce qu'elle n'est pas bénéfique pour la santé comme celle d'avant, pour finir, je dirais que la nourriture d'avant est semblable à un élixir” dit NnaKhelidja sur sa préférence entre la cuisine moderne ou traditionnelle kabyle.

Nna Dalila par ailleurs à son tour rajoute que “ Dans la nourriture des anciens kabyles, il y a ceux qui restent et il y a ceux qui se sont disparus au fil du temps, par exemple les gens mangent encore Ticuftin, et aussi les crêpes Tiyrifin mais uniquement celles simples...Mais aussi, il faut citer que la galette des glandes doux a disparu de notre tradition culinaire, aujourd'hui c'est rare de trouver aussi des gens qui cuisinent encore aberbuc, abazin, tiyrifin n unaeruk, tabuftat..... je serais amené à dire que beaucoup de plats traditionnels se sont perdus, mais aussi, il y a plusieurs plats qui sont restés gravés et protégés”.

Souvent par manque de l'attention d'enseigner, nos aïeuls, ont peut-être manqué d'apprendre ces plats à la nouvelle génération afin de les faire subsister durant tout ce temps, Djedjiga, jeune fille de la nouvelle génération, dit : “ Il y a des plats qu'on fait encore à la

### **Chapitre 3 : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation**

---

maison et il y a des plats qu'on ne cuisine plus à l'heure d'aujourd'hui, par exemple à la maison, en cuisine encore tiħbulin, tiyřifin, timsemdin, ticuftin, ayrum n leħwal, seksu d tyeddiwt, amejjux, taħlast, mais pas quotidiennement ni tous les jours et le plat le plus récurrent quand cuisine presque tous les jours est bien le couscous”.

Par ailleurs, on remarque que si la cuisine Kabyle s'est modifiée ou modernisée, c'est, car aujourd'hui, les recettes sont assez dures à réaliser selon la jeune génération : “ il y a beaucoup de choses qui ont changé, la nourriture d'avant et beaucoup plus compliqué à cuisiner que celle d'aujourd'hui par exemple lemsemmed, tiħbulin, leftil n seksu etc...Et aussi les hommes avant, ils exigeaient de leurs femmes que la table soit servie à l'heure qu'il rentre, contrairement à l'heure d'aujourd'hui où la femme fait partie de la souche qui travaille et donc elle arrive à la maison en fin de journée épuisée, ce qui explique pourquoi elle n'aura pas le temps de préparer les plats traditionnels qui nécessitent beaucoup de temps, mais dans les autres jours par exemple dans les vacances, on les fait volontiers” rajoute Djeljiga.

Entre la complexité de certains plats de l'ancien art culinaire kabyle, il y a eu des modifications, comme le couscous comme déjà cité, et on fait face à plusieurs sortes de nouveau produites, comme on le voyait durant les entretiens, il y a différentes sortes de fromages, de lait et même de graines, et cette variation et nouveauté ont fait que les recettes les plus anciennes se modernisent et qu'en quelques sorte, le patrimoine culinaire kabyle subisse une mutation au cours de ces années.

L'apparition aussi de la restauration rapide, communément appelée “Fastfood” de l'anglais, qui désigne des plats cuisinés en si peu de temps, riche en calories et souvent pas sain pour la santé, est devenue la nouvelle mode des jeunes de notre génération, entre tacos, pizzas, hamburger ou bien sandwiches avec une variété de viandes et peu d'ingrédients sains, des sauces avec des additifs et bourré de produits chimiques, on trouve également beaucoup moins de légumes dans celles-ci, des plats rapides conquêtes à la portée de tous pour subvenir aux besoins nutritionnels de l'humain, que ça soit en pause déjeuner ou diner, beaucoup de personnes penchent vers cette nourriture de nos jours, oubliant ainsi les bonnes recettes et bons plats maison traditionnels plus riches en saveurs et bonté. Manque de temps ou pressé, on se retourne continuellement vers aussi des repas qui se préparent en dix minutes, fréquemment occidentaux, les Kabyles se sont malheureusement laissé imprégné des plats d'Europe et d'Amérique, qui malgré d'être à la mode ne sont pas favorables pour la santé et la rigidité du corps humain comme les plats d'autrefois, Soraya, une des filles de la nouvelle

### **Chapitre 3 : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation**

---

génération nous dit, elle aussi, à propos des nouveaux plats : “ Parmi les nouveaux changements qu'on remarque dans la nourriture, c'est l'apparition des nouveaux plats et en plus notre nouvelle génération aime tout ce qui est rapide et efficace, moi, je suis pour le changement même si la nourriture d'avant était beaucoup plus bénéfique pour la santé, mais la nourriture et les plats d'aujourd'hui sont beaucoup plus faciles pour la vie quotidienne, je suis intéressée par la cuisine moderne parce qu'elle est plus facile que les plats traditionnels qui prennent beaucoup de temps pour les cuire”. Ce qui explique l'influence des nouveaux plats rapides sur la consommation d'aujourd'hui et pourquoi on la préfère, malgré que toutes les filles de la nouvelle génération ont su apprendre quelques recettes, ces dernières virent vers ce qui est plus rapide.

## **Chapitre 3 : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation**

---

### **Conclusion :**

Depuis l'antiquité, les plats kabyles étaient variant d'une époque à une autre, ils ont pu subsister à tous les changements qui se sont introduits au sein de leur culture culinaire et régionale, le brassage ethnique et culturel des anciens colonisateurs comme les Romains et Grecs ou Arabes n'a pas eu un grand impact sur la cuisine berbère, particulièrement pour les populations berbères reculées dans des contrées difficiles d'accès, seul la colonisation française a pu braver les hautes montagnes et influencer, de manières dégradées la cuisine berbère pour la diminuer à uniquement peu de plats suite à tous les mauvais sorts infligés par ce colonisateur sur nos terres, champs et ressources naturelles, ce qui a permis aux Kabyles toutefois, d'être encore plus créatifs pour subsister et inventer des nouvelles recettes et bouillons, qui sont aujourd'hui des plats et des mets qui restent un patrimoine d'identité culturelle pour nous.

Par la suite, les divers changements dans le monde entier ont entraîné un changement radical dans tous les pays, y compris les populations kabyles, des marchés encore plus ouverts à la mondialisation, des produits innovants et nouveaux, une multitude de choix d'épices et de matières culinaires, les plats ont vu des changements, une amélioration, voire une modification totale, comme on a vu par ailleurs le couscous qui d'origine Kabyle, s'est mondialisé et s'est fait modifier sur plusieurs pays, surtout la France en premier, on pourra donc déduire que même l'occident s'est inspiré des plats kabyles en quelque sorte durant les périodes coloniales anciennes.

Quant aux jeunes générations d'aujourd'hui et du futur, tous préfèrent la rapidité et l'accès faciles aux nouvelles recettes, cause du manque de temps à cause de la vie, du travail et la vie courante de la majorité des populations, les gens se retournent vers la nourriture rapide et pas forcément saine, mais il est à noter que la plupart connaissent les recettes des plats traditionnels, et s'engagent à les cuisiner dans les occasions telles que les fêtes et les célébrations berbères, chose qui nous amène à dire, que le patrimoine culturel culinaire kabyle a certes subi un changement, comme tous les peuples du monde entier, mais ce n'est pas pour autant qu'il s'est perdu ou il a subi une mutation vers d'autres.

**Chapitre IV**  
**la transmission du savoir-faire culinaire**  
**chez les kabyles**

### **Introduction :**

La transmission du savoir-faire culinaire d'une génération à une autre est une tradition millénaire, qui existe dans toutes les sociétés. La dite transmission concerne plusieurs éléments inclus dans les systèmes culinaires comme les savoir-faire, les pratiques culinaires, les traditions culinaires régionales et les outils des sociétés dans le domaine culinaire et tout ce qui constitue le domaine de l'art culinaire.

### **1- La transmission culinaire Kabyle :**

L'alimentation, la nutrition, les comportements et habitudes alimentaires de notre nouvelle génération en Kabylie, sont devenus aujourd'hui un sujet permanent d'intérêt, de préoccupation, voire d'inquiétude, tant parmi le grand public et les médias qu'au niveau institutionnel, car la nouvelle nourriture qui prend place de la traditionnelle, a de l'impact sur des facteurs nutritionnels sur la santé publique ainsi que la succession des crises alimentaires, cette dernière engendre des enjeux dangereux liés à notre alimentation.

Dans un pays ou une région comme la Kabylie, où la culture alimentaire et le patrimoine culinaire, objets d'une certaine « fierté régionale », ont toujours été valorisés comme un signe de notre spécificité et de notre attachement au goût, au plaisir et à la convivialité, à nos coutumes et traditions, mais aussi nos origines et la terre mère de nos ancêtres, préserver ce patrimoine est perçu comme une "nécessité" voire "une obligation" afin d'enseigner aux enfants et générations futures d'où leurs arrières grands-parents se nourrissaient et le symbole que chaque plat et nourriture signifiait pour ces derniers, leurs apprendre les techniques de préparation, que ça soit des plats ou des matières premières composant les plats, il était donc impératif de faire perdurer l'identité Kabyle à travers son patrimoine culinaire aussi.

On sous-entend, des fois, le mot transmettre qui veut dire, faire passer une chose à quelqu'un d'autre avec une façon qui varie de chaque humain à un autre, mais la transmission culinaire veut bien dire autre chose, c'est tout un art qui consiste à faire revivre les traditions culinaires d'un peuple ou d'une région vers les générations futures, de planter en eux ces connaissances culinaires, notamment chez les femmes qui sont bien évidemment amené à cuisiner la majorité de leurs vies avec les tâches ménagères.

## **Chapitre 4 : La transmission du savoir-faire culinaire chez les kabyles**

---

Face à ces tendances de nouvelle alimentation, dont certaines, intimement liées à l'évolution de la société et des modes de vie et de la cosmopolite de certaines villes et pays, qui apparaissent irréversibles, quels sont à l'inverse les éléments qui pourraient inciter à plus d'optimisme, ouvrir la perspective d'un maintien, voire d'un renouveau, des canaux de transmission des savoir-faire culinaires, ce qui veut dire que les Kabyles pourrait enseigner les recettes et plats anciens tout en gardant certains aspects de modernité, par exemple le couscous à la viande autrefois, n'était réservé que pour les grandes occasions telles que les mariages ou circoncisions ou yennayer, mais en ces temps, la viande est devenue plus accessible par rapport aux temps anciens, ce qui explique la petite modernité de plus par exemple dans le couscous qui est cuisiné avec de la viande, voire du poisson, de nos jours donc la transmission se fait, mais avec un petit brin de modification selon les goûts de chaque famille à travers le temps.

Il est important de pointer du doigt, également, qu'il y a aussi parmi cette nouvelle génération celles qui n'ont pas eu accès au privilège d'apprendre les anciens plat Kabyles, par manque de temps où la vie d'école qui prenait le dessus sur la majorité des filles de notre âge, qui se focalisent plus sur les études, les mamans et grand-mères donc n'ont pas eu l'occasion ou le temps de faire cette passation et apprendre aux filles de leurs familles les différents aspects culinaires de nos coutumes et traditions, et ont préféré se contenter de leur dire de travailler ou étudier et de laisser ça de côté, une négligence pourtant qui est assez importante, vu que les hommes contrairement à eux, aiment la nourriture traditionnelle, qui la cuisson de cette dernière, reste comme un élément essentiel et un atout pour la future femme qui doit se marier.

### **2- La transmission au regard des mères et des filles**

Dans la formulation de notre problématique de recherche, l'idée de transmission est tout à fait centrale et il est nécessaire de s'interroger en tout premier lieu sur la pertinence et la signification de ce terme aux yeux des personnes que nous avons rencontrées.

Savoir faire la cuisine, c'est disposer du capital nécessaire des connaissances et de savoir susceptible d'être transmis d'une génération à l'autre et en particulier de mère en fille.

Afin d'étudier ce que les mères transmettent à leurs filles, et la manière dont elles le font, il est important de se centrer sur la notion d'apprentissage et aussi de passations de

## **Chapitre 4 : La transmission du savoir-faire culinaire chez les kabyles**

---

recettes de ces plats et les différentes techniques et petites astuces culinaires utilisées dans chaque cuisson.

Le premier point qu'il convient de souligner est que, dans leurs discours et leurs représentations, les mères disent que maîtriser l'art culinaire et le savoir-faire domestique chez la gente féminine est quelque chose de vitale et aussi obligatoire, c'est l'un des piliers primordiaux de la vie d'une femme qu'elles doivent apprendre dès leur jeune âge pour gagner leurs vies et être prise en considération dans la société pour pouvoir se marier aussi, parce que si une femme ne sait pas cuisiner, elle va rester chez ses parents, personne ne l'épouse, c'est-à-dire la maîtrise culinaire est comme une étape clé dans le mariage.

### **2-1 La transmission au regard des mères :**

Les mères et les jeunes filles interrogées ne parlent pas spontanément de transmission : les mères n'ont pas l'impression d'avoir cherché à transmettre et les filles n'ont pas le sentiment d'avoir reçu un enseignement en matière de cuisine. À la question « comment avez-vous appris à faire la cuisine », elles nous répondent en effet « j'ai appris avec ma mère, en la regardant, beaucoup plus que « ma mère m'a appris ou m'a transmis » telle ou telle chose.

Mères et filles ne font pas référence à une transmission formalisée, mais bien plus à des échanges, des contacts, qui vont de l'observation passive à la participation active.

Bien qu'elle ne fasse pas l'objet, du point de vue des personnes interrogées, d'un apprentissage formalisé, la transmission d'un savoir-faire culinaire est clairement identifiée comme « faisant partie de l'éducation », au même titre que la politesse par exemple.

Plusieurs mères interrogées durant les entretiens ont ainsi exprimé l'idée selon laquelle, comme souvent en matière d'éducation, les « résultats » concrets de cette transmission ne sont pas immédiatement visibles et perceptibles : ils se révèlent et s'expriment plus tard, lorsque les « enfants » se retrouvent en situation d'autonomie. Savoir faire la cuisine est perçu par les mères, grand-mères (et plus généralement par les femmes) comme une compétence utile, voire nécessaire, qu'il serait souhaitable que les enfants, plus particulièrement les femmes, acquièrent pour leur avenir au sein de leurs foyers une fois mariées.

## Chapitre 4 : La transmission du savoir-faire culinaire chez les kabyles

---

«*Ma fille ainée sait cuisiner tous les plats traditionnels, mais ce n'est pas moi qui lui avais appris, elle a appris seule en me regardant depuis qu'elle était toute petite, durant notre époque, c'est obligatoire pour une fille d'apprendre à cuisiner, moi, je ne restais pas à la maison, je travaillais dehors, donc elle avait l'obligation de cuisiner à la maison, en plus de ça elle allait se marier un jour vers une famille méconnue de la nôtre, donc il fallait qu'elle fasse ses preuves en termes de cuisine à la maison* » nous disait l'une des femmes interrogées, un échange qui exprime toujours la place de la cuisine dans la vie d'une femme kabyle et dans sa vie de future mariée.

En effet, les mères, réticentes à ce sujet qui évoque l'apprentissage ou la transmission, ont toutes été presque du même avis, c'est-à-dire, elles n'ont pas pu effectuer cette tâche comme il se devait, faute de manque de temps, car les filles de ces dernières avaient toutes des études et une vie active, mais aussi faute de leurs nouvelles préférences des plats rapides de nos jours,

Par ailleurs, certaines mamans comme NnaDallila ont pu inculquer un certain savoir des recettes comme le dit-elle : « *j'ai appris à ma fille les quelques recettes et plats qu'on cuisine encore, bien évidemment elle a appris à cuisiner, quoique la génération d'aujourd'hui, ils apprennent que ce qu'ils veulent apprendre. Ma fille par exemple quand je lui ai dit viens prendre le récipient afin de faire les plats, elle me répond qu'il y a tout dans les supermarchés de nos jours, de ce fait pourquoi me fatiguer, elle préfère les tacos ou bien les nouvelles nourritures d'aujourd'hui. Ma fille pense plus vers la nourriture rapide, de nos jours, elle ne se casse pas trop la tête à apprendre ou à demander sur les nourritures anciennes, pas comme l'ancienne génération, comme moi, on a tout appris, contrairement à ma fille qui est tout le temps sur son téléphone et qui ne vient pas à la cuisine, c'est ça la nouvelle génération, ils ont tout trouvé à portée de main et ils n'en font pas bon usage* ». Sur ce point, la génération des “mères et grand-mères”, notamment dans le cas de fratries nombreuses, semble avoir plus participé aux activités liées à la préparation des repas et avoir eu moins d'initiative dans ce domaine : « *à mon époque, il fallait aider à la maison, pas comme les filles de nos jours qui ne font rien et sont sur leurs téléphones tout le temps* ». On trouve là une évolution générationnelle qui s'inscrit bien dans les tendances éducatives actuelles.

On déduira qu'en conséquence, même avec l'effort que fournissent certaines mamans pour apprendre à leurs filles les recettes et traditions culinaires, et les anciens plats, on remarque que la génération d'aujourd'hui, consumée par la technologie et les téléphones,

## **Chapitre 4 : La transmission du savoir-faire culinaire chez les kabyles**

---

préfèrent ce qui rapide et faisable en quelques minutes, même si ce n'est pas bénéfique pour leur santé et que ce n'est pas aussi plus copieux que les anciennes recettes de grand-mères, de ce fait même les mamans donc se retrouvent dans l'obligation de s'y faire avec et aller avec la modernité et laisser un peu de ce patrimoine. Ce manque ou cette absence de transmission de mère en fille par un manque d'intérêt pour la cuisine, une moindre motivation, voire une moindre compétence culinaire des deux côtés ou même une aversion pour le fait de cuisiner. Le manque de temps ou de disponibilité est évoqué par les mamans concernant leurs filles, la relation mère-fille ou l'existence d'éventuels avis différents autour de l'alimentation, n'ont jamais été mis en cause explicitement, par cela, le sentiment de n'avoir rien (ou très peu) transmis est associé à une moindre implication alimentaire des membres de la famille, et en particulier des mères et aussi des filles.

### **2-2- La transmission au regard des filles :**

Comme on l'a vu, mères et filles ne se représentent pas la « transmission culinaire » comme quelque chose de formalisé et d'explicite ou un processeur familial déjà accompli, mais plutôt disaient des choses qui rentraient dans le cadre d'une démarche rationnelle et volontaire d'apprentissage et d'enseignement. Pour autant, les deux « générations » s'accordent très majoritairement pour dire qu'il y a bien eu une transmission dans ce domaine, soit par la mère ou la grand-mère, on évoque une certaine transmission qui a été faite, peut être, car il est toujours important pour nous les Kabyles de dire qu'on connaît ces plats traditionnels.

Le fait que la transmission, de mère en fille, de compétences techniques ne soit pas au cœur du discours des femmes que nous avons rencontrées doit sans doute être interprété au regard du sens qu'elles donnent à cette transmission. Or, il paraît clair que les mères ne cherchent pas à transmettre à leurs enfants un savoir-faire culinaire au sens purement technique du terme : certes, elles considèrent qu'il leur appartient, qu'il est dans leur rôle, de transmettre un certain nombre de « bases culinaires » à leur progéniture, mais ce sont bien les valeurs, les représentations attachées à l'alimentation qui sont au cœur de la transmission.

*« J'avais commencé à cuisiner quand j'avais 15 ans, et je cuisinais des plats assez rapides et faciles, maman n'était pas de celle qui était sévère en matière de cuisine, elle me conseillait souvent d'aller étudier et de laisser la cuisine de côté, mais moi, j'aimais bien aider par-ci et par là dans la préparation et la cuisson des plats que maman faisait, ce que j'ai appris de plats traditionnels, je ne l'ai pas appris par le biais de ma mère, mais bel et bien via internet et aussi à travers ma grand-mère qui m'a appris par exemple à cuisiner les plats*

## **Chapitre 4 : La transmission du savoir-faire culinaire chez les kabyles**

---

*tels que ayrum, tiyriřin, laedes, lubyan..., car ma grand-mère avait cette volonté et envie de vouloir m'apprendre la cuisine traditionnelle contrairement à ma mère qui ne m'a pas appris, mais aussi, critiquait ma façon de cuisiner avant, mais ce qu'il faut savoir avec les plats traditionnels kabyle, c'est que si vous ne faites pas d'erreur en débutant, vous n'apprendrez donc jamais rien* ». disait Rayane, une des filles que l'on avait interrogées, elle rajoute également : « *Il est toujours important pour une femme de connaître l'art de la cuisine, que ça soit les femmes d'aujourd'hui ou celle d'avant, moi-même, je n'irai à dire de moi que je ne suis pas très qualifié en termes de cuisine, car je ne sais pas cuisiner plusieurs plats surtout les traditionnels, je ne connais que peu, mais j'en connais aussi des amis à moi qui connaissent toutes les recettes chose qui est bien, Moi, je cuisine par exemple des frites, des gratins, des pâtes, pizza, tacos, contrairement à ma mère qui penche beaucoup plus vers la cuisine traditionnelle comme seksu, laedes, lubyan, leğwaz lxeđra, recta, lahrira, carba, amexluđ, mais aussi des fois, elle cuisine des plats au four* ».

Alors que certaines filles disent ne pas avoir appris de leurs mamans directement, voire pas du tout, on a l'exemple de Djedjiga qui nous avait dit : « *Ah, mais j'avais commencé à cuisiner depuis que j'étais au collège vers les environs de 14 ou 15 ans, mais je ne faisais pas grand-chose, je me souviens avoir commencé par cuisiner des frites et après, j'ai appris à cuisiner les pâtes comme le spaghetti les coudes et cetera et quand j'ai atteint le lycée, j'ai appris à cuisiner un tout petit peu le couscous, les lentilles surtout durant les vacances, car ma mère, me conseiller d'aller apprendre à cuisiner. Il est important de dire que ma mère est celle qui m'a appris à cuisiner majoritairement, elle me force à mettre le doigt dans la pâte à participer à la cuisson, ou bien, je regarde avec mes yeux quand elle fait les plats traditionnels essentiellement et j'apprends, en ce qui concerne les plats modernes, j'ai appris à partir des livres de recettes, il y a mes copines et Internet et via YouTube aussi à travers les chaînes de cuisine comme Oum Oualid, Oum Yara, etc* ».

On voit donc que certaines mamans encouragent leurs filles à aller vers la cuisiner et à apprendre les bases et les confections de certains plats, même à les initier encore plus, elle rajoute et confirme également qu'elle a pu acquérir ce qu'il fallait, mais pas autant que sa maman : « *En ce qui concerne mon savoir-faire dans l'art culinaire traditionnel, je dirais que je ne connais pas la totalité des plats, par exemple, j'excelle dans la cuisson du couscous, mais par exemple, je ne sais pas rouler les graines de couscous avec la semoule et je me dis que ce n'est pas grave parce qu'il y en a toujours au rayon des supermarchés. Par ailleurs, je sais comment faire des galettes, mais je n'ai toujours pas appris comment les patiner dans la*

## **Chapitre 4 : La transmission du savoir-faire culinaire chez les kabyles**

---

*semoule afin d'en faire une forme finale stable. Chez nous, on fait pareillement pleins de plats traditionnels comme ceux qu'on a cités auparavant, je dirais que dans les normes, j'ai appris les notions des plats Kabyles à travers ma mère, mais en ce qui concerne la nourriture de nos jours, je la maîtrise encore beaucoup mieux, car c'est celle qu'on fait à la maison presque tous les jours dans la vie courante et c'est celle qui est plus facile à réaliser contrairement aux recettes traditionnelles qui prennent beaucoup de temps ».*

De ce fait, la transmission chez les Kabyles se fait également directement de mère en filles en cuisine, et en préparant les plats traditionnels avec l'aide de toutes les femmes de la famille, avec la maman y compris, chose qui est assez peu fréquente vu le nombre de filles qui disent aussi avoir appris qu'en regardant. Il est aussi impératif de souligner que les femmes de la nouvelle génération (les filles) préfèrent la cuisine rapide et facile, des plats à la portée de tous qui sont préparés en quelques minutes, même chez les femmes non-active, c'est-à-dire qui n'ont pas d'études ou une vie de travailleuse, cette préférence du " plats rapides et faciles" est devenue une norme et une habitude que tout le monde a adapté de nos jours.

### **3- Techniques de transmission du savoir-faire :**

Les filles identifient l'observation comme le premier stade de l'implication culinaire : les enfants observent leur mère faire la cuisine, par la suite, elles participent ainsi de manière plus active, en étant associées à certaines tâches sous la surveillance directe de leur mère ou d'un autre adulte, et acquièrent progressivement une certaine autonomie

Il s'ensuit à dire que généralement, la transmission et apprendre les recettes et plats se fait à travers l'observation, la petite fille observe sa maman ou sa grand-mère ou sa voisine ou quelqu'un de son entourage, elle observe, elle apprend, elle refait les gestes de la même façon jusqu'à qu'elle soit définitivement prête, parfois, c'est la mère en personne qui transmette ce savoir-faire à sa fille. La première recette qui se fait apprendre c'est la galette, ensuite le couscous parce que c'est la base, puis les autres plats, cette tâche est totalement réservée aux femmes. Il y a aussi d'autres moyens de transmissions des plats culinaires Kabyles à part l'observation traditionnelle, quoique cette dernière soit la plus récurrente durant nos entretiens.

En revanche, il apparaît clairement, notamment dans le discours des « filles », qu'il existe une transmission des modes d'organisation attachée aux pratiques culinaires : en effet, « faire la cuisine » est perçu comme une activité qui nécessite une organisation certaine, une

## **Chapitre 4 : La transmission du savoir-faire culinaire chez les kabyles**

---

programmation des actes, une gestion du temps, que ce soit « avant de cuisiner » (c'est-à-dire décider du menu, faire ses courses, s'assurer que l'on dispose bien de tous les ingrédients et du matériel nécessaires), « pendant » (gérer les différentes phases de préparation, notamment la cuisson, préparer les différents composants du repas, parfois en avance) et « après » (faire la vaisselle, ranger la cuisine, mais aussi et surtout apprendre à recevoir, faire se succéder les plats, « *J'avais appris à mes filles tout ce que je connaissais sur les plats traditionnels, comme je vous l'ai dit moi, je ne connaissais pas très bien la nourriture d'aujourd'hui, je suis plus familiarisé avec celle ancienne, quand elles arrivaient à leur âge d'adolescente, elle me regarde cuisiner, et elle assistait au processus de la préparation des plats traditionnels, je leur ai inculqué les recettes en leur apprenant ce que ma mère m'avait appris et je leur disais que : la femme Kabyle, devrait se marier un jour et changer de foyer, donc elle est dans l'obligation de savoir comment cuisiner et comment gérer les plats culinaires dans sa nouvelle maison. Durant les temps anciens, on n'avait pas la disponibilité des produits comme de nos jours, ce qui explique pourquoi les gens préfèrent ces plats rapides, mais qui ne sont pas bénéfiques pour la santé, car nous avant, on cuisinait avec des ingrédients naturels, par exemple, on utilisait beaucoup l'huile d'olive, mais aujourd'hui, on trouve une variété d'autres huiles qui n'ont pas forcément de goût et de bénéfices pour la santé. Ma grande fille, Wiza, est la plus agile de toutes mes filles, elle a appris tous les plats en cuisiner auparavant, mais par contre, elle n'arrive pas à cuisiner ce d'aujourd'hui, mes autres filles, Malika et Tassadit, elles, sont moyennement situées en ce qui concerne la cuisine traditionnelle, mais dans l'ensemble, je dirais que toute ma famille sait cuisiner et a pu garder l'art culinaire traditionnel. En ce qui concerne la cadette, elle ne connaît que peu des plats traditionnels contrairement à ses grandes sœurs, elle sait cuisiner des plats comme *teyrifin, tiħbulin, timsemdin, tacewwadt, seksu, ayrum...* Mais elle sait cuisiner les plats d'aujourd'hui beaucoup mieux que ces autres sœurs et moi ». nous disait NnaKhelidja sur la transmission vers ses filles, en effet, elles ont aussi appris en y mettant du sien et par leur maman, donc on déduit que certaines mamans ont pu apprendre à leurs filles toutes les recettes des plats kabyles anciens.*

Samia, une des autres filles, nous parle de sa relation avec sa maman, qui s'est solidifié avec la cuisine et les traditions : « *Depuis que j'étais petite, j'aimais bien la cuisine, à l'âge de 13 à 14 ans ma mère s'est assurée de me passer toutes les recettes des plats traditionnels, ma mère m'a appris toutes les techniques de cuisson et en été comme de meilleures amies qui faisaient la cuisine, elle savait très bien m'enseigner et avait le*

## **Chapitre 4 : La transmission du savoir-faire culinaire chez les kabyles**

---

*tempérament nécessaire pour le faire, elle était très attentionnée avec moi et même si je faisais des erreurs pendant la préparation des plats, elle me disait que ce n'était pas grave et qu'on n'apprenait pas des erreurs, elle me faisait expliquer le processus de préparation tout doucement et elle me disait qu'une femme qui ne connaissait pas la cuisine était comme la mer sans poisson, il y avait aussi beaucoup de jeunes filles dans notre village qui venaient voir ma mère pour apprendre avec nous par exemple aussi ma mère avait une spontanéité pour la cuisine, elle me disait par surprise de prendre les récipients et qu'on allait cuisiner des plats. Ma mère est unique dans sa manière de transmettre les recettes, par exemple, elle a pris beaucoup de temps à m'apprendre comment faire la galette traditionnelle, comment la mouiller et combien de fois, il fallait la rouler dans la semoule, il est vrai qu'aujourd'hui qu'il y a tout sur Internet, mais il n'y a personne qui peut également dans sa manière de m'apprendre et dans l'amour qu'elle porte à la cuisine et pour moi ».*

Naturellement, cette observation est d'autant plus fréquente que la cuisine constitue un véritable lieu de vie et d'échange, dans lequel les filles sont les bienvenues et où elles s'installent pour faire leurs devoirs ou pour « papoter » avec leur mère en toute intimité. La cuisine apparaît comme un lieu féminin, dont le père est souvent absent; qui est propice aux confidences et où s'exprime la relation mère-fille à travers des moments partagés comme le disent les jeunes filles, même les dames interrogées.

Et donc la transmission des plats traditionnel, s'est, en quelques sorte faite, on y retrouve celles qui ont appris les recettes et les reproduisent au sein de leurs familles et souvent accompagnées de leurs mamans, et d'un autre il y a celles qui connaissent les noms des plats, quelques notions de préparation, mais penchent plus vers la nourriture moderne et les tendances culinaires des nouvelles années.

### **Les pratiques rituelles sont-elles resté les mêmes qu'aujourd'hui ?**

La cuisine quotidienne est différente de la cuisine rituelle pour fêter les rites agraires, les célébrations religieuses et les rites de passages.

La société kabyle à l'instar des autres sociétés, ils ont des rituelles concernant la cuisine quelques soit traditionnelles ou modernes, si on prend l'exemple de "Yennayer", les anciennes disent qu'il faut sacrifier un coq élevé au sein de la maison, par contre les jeunes femmes et filles d'aujourd'hui disent qu'elles les achètent directement dans les grandes surfaces (hyper marché, volailler, boucherie...), mais cela n'empêche pas de le célébrer de la même façon. En

## **Chapitre 4 : La transmission du savoir-faire culinaire chez les kabyles**

---

ce qui concerne les pratiques culinaires elles se font avec les mêmes ingrédients, les gens vont aller chercher des poules tout près c'est-à-dire nettoyés et tout, les femmes vont juste préparer le couscous à base de bouillon accompagné de 07 sept ingrédients "les lentilles, les fèves, l'haricot en grain, les oignons, pois chiches, et les épices" « à notre époque nous accordions une grande importance aux rituel et aux traditionnels pratiquer, surtout aux plats préparé le jours même, pour les célébrer car chaque pays, et chaque ingrédients à une signification, par exemple pour célébrer Yennayer le nouvel an des berbères, on prépare un couscous avec sept ingrédients (légumes) et un poulet élevé au sein de la maison pour faire appel à la bénédiction et à la grâce et que pour l'année soit bonne pour les payons ». Réponds Nna khelidja à la question " quelles sont les plats que vous cuisiner dans les occasions"

On citant également la pratique de rouler le couscous (Aftal n seksu), elles faisait cette pratique comme des groupes, par exemple deux jours chez une famille et deux autres jours chez une autre famille, à condition que se soit des cousines ou des voisines, ce qui permet d'avoir une quantité suffisante tout au long e l'année, mais cette pratique est sur le chemin de l'extinction, à cause de la commercialisation de couscous, maintenant est pratiqué dans quelques villages seulement mais il reste en voie de disparition. quand on parle des cérémonies, occasions, ou fêtes de mariage, car à l'époque lors d'une fête de mariage le couscous se fait rouler la veille du mariage, ça fait partie de la tradition, mais aujourd'hui ce n'est plus le cas, car la fête de mariage ont subit une transformation sur le point des traditions parce que la tradition de mariage ne ce fait plus comme avant, ils ont gardé quelques rites comme celle du bocal et du tamis, et aussi sur le point des pratiques culinaires, on y ajoute quelques recettes qui s'ajoutent au cours des années, les quantités de certaines ingrédients sont modifier, mais cette cuisine conserve tout de même une certaine unité temporelle.

On a constaté aussi que la chaîne de transmission de ce savoir perd des maillons essentiels car à leurs jeunes âge la maîtrise des savoirs de base, les techniques de conserve, l'équilibre du régime alimentaire, la culture ou bon goût, les saveurs essentielles de notre alimentation, car la cuisine Kabyle à ses plats de base, des rythmes. Aujourd'hui, les jeunes filles obsédées par les études, puis par le travail, n'ont plus le temps d'apprendre cet art. On constate le dynamisme de l'art culinaire Kabyle se développe d'une génération à une autre, tout en gardant les traditions basique de chaque plats, car c'est une société segmentaire.

### **Conclusion :**

Au-delà de cette variabilité individuelle, il ressort, de manière tout à fait évidente, que ce qui est transmis, hormis les plats traditionnels Kabyles et les différentes techniques de cuisson et recettes, c'est beaucoup plus des valeurs et des représentations que des savoir-faire. En effet, la transmission occupe beaucoup de place dans les souvenirs et les représentations des mères comme dans ceux des filles, car elles ont toutes évoqué un souvenir d'enfance où elles regardaient leurs mamans cuisiner les plats traditionnels et apprendre par la même manière tout en contemplant. Certes, quelques tours de main et autres astuces culinaires sont cités, et la transmission des gestes et techniques et la joie de cuisiner est mise en avant par les personnes que nous avons rencontrées.

Chez d'autres, elles se sont contenté d'aller avec la modernité, de suivre l'ère du temps, elles ont appris les noms de plats, certaines mesures pour les faire, mais se sont plus dirigé vers la vie active, du travail et d'études et ont laissé la cuisine traditionnelle à cause du temps long qu'elle prend et de la forte main qu'elle demande, donc on déduit que la cuisine moderne telle que les frites, pâtes et tout plat moderne facile à la cuisson est plus ce que les jeunes filles d'aujourd'hui préfèrent à cause de plusieurs facteurs.

Néanmoins, on déduit que la transmission est toujours faite en quelque sorte, via les grand-mères aux mamans, puis à travers les mères à leurs nouvelles générations de filles.

## **Chapitre V**

# **L'approche de l'économie dans l'alimentation traditionnelle**

## Chapitre 5 : L'approche de l'économie dans l'alimentation traditionnelle

---

### L'introduction :

Les habitants de la Kabylie est l'une des plus importantes populations africaines ou Moyen-Orient, leurs alimentation traditionnelle est l'un des sujet les plus important et les plus complexe, car elle touche tous les ressorts de l'humain et de la terre, s'étend vers plusieurs domaines comme l'approche économique. On entend par économie kabyle ancienne ou traditionnelle le mode de production, d'échange et de consommation et des activités de production agricole ; afin de s'auto-suffire en matière nourriture et de matière première utilisée en alimentation et production des choses usagères dans leurs vies quotidiennes et leur subsistances.

Comme on a vu au fil de la recherche, les habitants de la Kabylie s'est ouvert a la mondialisation, celle-ci a influencé leurs méthodes de cuissons et à l'art culinaire traditionnelle et style de vie, chose qui empêche quand-même pas l'accès vers ce volet économique plus durable.

### 1-L'économie d'avant chez les kabyles :

L'économie dans la Kabylie ancienne est basée essentiellement sur l'agriculture et l'arboriculture, ainsi que l'élevage des bêtes pour facilité le travail de la terre et produire de la chaire et d'autres produit de provenance animal (beurre-lait-œuf...)

Alain Mahé dans son ouvrage "*histoire de grande Kabylie*" a évoqué une activité fleurissante en Kabylie ancienne, qui est l'agriculture et l'arboriculture, en outre cette activité était l'objet de deux types d'économie ancienne en Kabylie , a cette époque les kabyles étaient connus pour leurs activités d'arboriculture à travers la culture d'olivier, le figuier, le grenadier et le caroubier, et d'agriculture par le biais des céréales a savoir le blé et l'orge principalement, mais cela ne mène en aucun cas. La Kabylie ancienne a réaliser une autosuffisance sur les plans économique et alimentaire « *Une arboriculture fruitière intensive et des oliveraies constituant la majeure partie des ressources agraires, la disposition des terres de plaines leurs procurait malgré tout une bonne partie des céréales consommées. Cependant, rares étaient celles qui parvenaient à l'autosuffisance en la matière* »<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Alain Mahé. Histoire de grande Kabylie XIX-XX siècle, Edition bouchene, 2006. P26.

## Chapitre 5 : L'approche de l'économie dans l'alimentation traditionnelle

---

Le manque des surfaces cultivables a poussé la Kabylie à rejoindre la région des hauts plateaux pour exercer le troc qui est une activité d'échange de produits alimentaires qui sont l'huile d'olive, les glands et les figues sèches contre les céréales (l'orge et le blé) « *La plupart palliait cette carence en échangeant les figues sèches et l'huile d'olive contre du blé. Celle qui disposaient de châtaignes produisant les glands doux dits « bellout » parvenaient également à échanger ceux-ci contre des céréales* »<sup>2</sup>.

### 2- les principales activités économiques traditionnelles anciennes :

Les kabyles ont un mode de vie spécial (particulier) c'est ce qui les relie à la nature, ce sont de très bons agriculteurs et bergers parce qu'ils vivent dans les montagnes, ils ont des liens étroits avec leur terre ils travaillent dur pour la préserver.

L'une des nombreuses choses passionnantes qu'on peut citer sur les habitants de la Kabylie est l'ingéniosité qui leur montre souvent avec la nourriture, ils sont également fiers de leurs hospitalités et de leur autonomie. Ils travaillent ensemble en tant que communautés pour produire des biens qu'ils peuvent vendre pour gagner leur vie, exemple vendre les produits que les femmes cuisinaient au souk ou échanger. Ils ont pareillement peu de besoins en biens importés, ils peuvent obtenir la plupart de ceux dont ils ont besoin sur place, ou le cuisiner voir fabriquer à la maison artisanalement avec des matières de la nature. Ils avaient une agilité et une force d'adaptation qui leur permettait d'exercer leur commerce au sein du même pays et de la même région. ils y avaient en effet un réseau dense de marchés à l'intérieur du pays kabyle, mais aussi des paysans qui allaient et vendaient certains de leurs produits faits à la maison et aussi ceux qui parcouraient des centaines de kilomètres à travers l'Algérie entière. Cette particularité est la singularité de la production kabyle et sa richesse en matière, mais aussi en matière humaine ce qui a aidé énormément à exercer plein de métiers et avoir une économie solidaire.

Suite à l'époque coloniale française en Algérie plus précisément en Kabylie il y a eu une forte baisse de toute l'économie et de commerce, mais aussi des activités traditionnelles à cause des opérations de ratissage sur les terres fertiles, la famine régnait sur le peuple.

---

<sup>2</sup> Idem.

## Chapitre 5 : L'approche de l'économie dans l'alimentation traditionnelle

---

### 2-1 : Chez les hommes :

Les hommes kabyles étaient autrefois d'importants commerçants et producteurs, échangeant leurs laines de mouton contre du blé ou vendant la viande des moutons ou des bœufs ainsi que le lait de vache ou de chèvre. Les industries traditionnelles des villes kabyles ont tendance à se concentrer sur l'exportation de marchandises vers d'autres pays plutôt que sur leur importation, par exemple, si un homme ou plusieurs possèdent une huilerie traditionnelle qui produit une excellente huile d'olive pour les mettre dans les plats traditionnels, ils les vendront généralement à d'autres pays au lieu de les stocker dans leur maison ou en faire. De même, si un autre groupe d'hommes cultive beaucoup de champs de légumes, des fruits, ils les vendront traditionnellement aux autres hommes qui viendront vers le souk, qui est un endroit d'échange principal pour les hommes.

### 2-1 : Chez les femmes :

Toutes fois les femmes étaient toutes des femmes au foyer, rester à la maison s'occuper de la famille et des enfants ainsi que les tâches ménagères quotidiennes, mais cela ne les a pas empêchées de travailler, de gagner leurs pains à leur manière ; et leurs talents innés qui sont à la fois culturels et économiques les ont aidés à surmonter les difficultés de manière créative en se servant de savoir-faire féminin, afin de leur permettre à elles aussi d'avoir le sens des affaires et de faire de l'argent dans le but d'épauler et d'aider leurs hommes, leurs enfants aussi avec un peu de ressources financières, mais aussi, elles effectuaient des échanges contre d'autres matières ou produits nécessaires à la cuisine ou à la maison en général, dans des souks exclusivement réservés aux femmes de chaque village. « *Nous nous travaillons de nos propres mains afin de pouvoir gagner un peu d'argent, pour subvenir à nos besoins, nous nous fixons une journée pour nous rencontrer afin de pouvoir vendre ce que nous avons comme l'huile d'olive ou bien faire des échanges* ». Nous confirme Nna Tassadit. On cite parmi leurs activités : rouler le couscous sous plusieurs formes (fin ou épais), cuisiner des plats de résistance pour l'hiver et les sauvegarder dans des pots en argiles pour les consommer à la saison des froids, la sauvegarder également des légumes et de viande séchés et salés dans des bocaux et les vendre pour les manger ou les mettre aux plats traditionnels, on cite aussi l'huile d'olive, qui tient un majeur facteur de production chez les femmes, car oui, les femmes, produisaient aussi l'huile d'olive hors des huileries connues, elles ont leurs façons traditionnelles d'extraire l'huile qui est bien meilleure selon elles pour la cuisson et les

## Chapitre 5 : L'approche de l'économie dans l'alimentation traditionnelle

---

roulages du couscous, On trouve celles qui ont un moulin de blé à la maison et qui l'utilise comme un moyen d'avoir de l'argent en laissant les autres femmes du village l'utiliser. Il est impératif de souligner que certains villages n'avaient pas ce genre de marché dédié aux femmes pour leurs commerces, et donc les femmes, des fois, donnaient leurs produits à celles qui voyagent chez les autres villages où ils y sont, ou bien font des échanges au sein de leurs villages avec les autres mères au foyer qui ont-elles, aussi fait et cuisiné des choses traditionnelles, et c'est ainsi que les femmes kabyles ont contribué à l'économie il y a longtemps.

### 3- Modernisation de l'économie kabyle :

Les savoirs-faires culinaire dans la Kabylie contemporaine ne se limitent pas uniquement à la consommation domestique et la satisfaction des besoins alimentaires, mais ils accèdent à un autre stade qui est l'économie engendrée par la commercialisation alimentaire de type traditionnel. *« je travaille dans le domaine de la confiserie traditionnels depuis plusieurs années, je possède une boutique à Ifarhounene ville ce qui m'aide à avoir beaucoup de commandes que je galère des fois à tous les gérer, parce que je fais pas que les gâteaux traditionnels, je fais même les plats traditionnels comme tamtunt, ayrum, tacewadt, lemseed, c'est ce qui marche plutôt bien, surtout en hiver, c'est ce que demande les gens beaucoup plus car maintenant la femme kabyle ne peut pas tout faire à la maison surtout celles qui travaillent dehors, parce que c'est des plats qui demande vraiment de la patience et beaucoup de temps, ce qui manque à ces derniers alors qu'il a beaucoup de gens qui viennent et c'est comme ça que je gagne ma vie, et j'ai choisi cette activité parce que c'est ce que je maîtrise le plus, pour faire goûter ces plats aux gens qui ne peuvent pas les préparer eux même »*. Nous dit Rosa dans son discours.

Dans la nouvelle gamme d'activités commerciales, nous retrouvons les femmes aussi très présentes dans le temps modernes qui transforment l'art culinaire en une activité commerciale, plusieurs commerces féminins ont vu le jour et la société s'est développée, elles font des projets de couscous roulé à la main, pains traditionnels, gâteaux traditionnels, soit dans un atelier ou à la maison avec leurs propres moyens ou le soutien financier de divers dispositifs d'aide à l'emploi des jeunes, et ce en poussant même les hommes à s'impliquer dans cette activité en ouvrant des locaux pour objectif économique ; ces femmes sont de plus en plus enclines à investir dans ce domaine de tradition et cuisine, certes prometteur dans la

## Chapitre 5 : L'approche de l'économie dans l'alimentation traditionnelle

---

région ,mais aussi ailleurs dans plusieurs endroits. En milieu urbain, comme dans les villages, les échoppes et fabriques de pains et pâtisseries traditionnelles se multiplient. Les exemples de réussite ne manquent pas dans ce domaine, certaines plus concentrées sur la fabrication de gâteaux traditionnels, et le roulage du couscous notamment. *« Moi je roule le couscous toute seule à la maison je gagne pas mal d'argent parce que les gens d'aujourd'hui demandent que le couscous soit prêt, car y'en a ceux qui travaillent et qui n'as plus le temps et aussi ceux qui ne veulent pas se fatigué, car oui c'est vraiment fatigant »* Nous dit Fariza. C'est ce qui encourage les femmes à valoriser l'art culinaire kabyle en leur donnant un financement, on y retrouve comme avant, mais avec beaucoup plus de modernité et facilité, des femmes spécialisées dans le roulage du couscous et les cuisines traditionnelles surtout les anciens plats qui ont un peu disparu, la pratique est devenue un outil de préservation des techniques ancestrales, que les femmes gardent précieusement. Car grâce à leur savoir-faire font aussi de l'argent et des revenus en partageant leurs recettes de grand-mère sur la plateforme de YouTube, avec subtilité et astuces pour bien réussir les plats traditionnels, on peut trouver aujourd'hui les plats traditionnels dans des restaurants et aussi trouver les recettes sur des plates-formes modernes comme l'internet et les chaînes de cuisine à la télévision ; c'est ce que confirme notre étude de terrain.

## **Chapitre 5 : L'approche de l'économie dans l'alimentation traditionnelle**

---

### **Conclusion :**

La survie des population a été rendue possible par le développement d'une forme de pluriactivité qui consiste à faire de l'agriculture, arboriculture, artisanat, chose qui a permis d'insérer l'espace économique kabyle dans un réseau d'échanges avec les hautes-plaines et l'Algérie entière par la suite, voire même exporter. Elle a été à l'origine d'une activité artisanale dense et variée qui s'est accompagnée d'une forme de spécialisation régionale. Ce fragile équilibre est rompu avec la mise en place de l'économie coloniale, et le chamboulement qu'a instauré le colonialisme qui rompt les relations de complémentarité et a prité le potentiel de la Kabylie en économie en otage, et introduit à grande échelle les produits de l'industrie manufacturières moderne, provoquant ainsi le lent dépérissement des activités artisanales et la crise de l'économie traditionnelle. Au fil du temps, la Kabylie est devenue une partie économique prospère de l'Algérie et tout le pays bénéficie de sa richesse en ressources naturelles, sa main-d'œuvre qualifiée et ses liens commerciaux internationaux. Bien qu'ils soient encore sous-représentés économiquement par rapport à d'autres régions d'Algérie, l'augmentation dans les infrastructures a entraîné une augmentation des opportunités d'emploi pour les habitants, car la restauration d'est correctement développée, l'urbanisation contribuant aux deux côtés de cette situation créant ainsi un boom économique effectuant tous les domaines de la vie en général ne de limitant plus à une seule région ou communauté particulière.

# **Conclusion Générale**

### Conclusion générale :

D'après cette étude, et après avoir ausculté minutieusement les données recueillies sur le terrain, les résultats semblent être concluant et répandent aux hypothèses.

Chez les Kabyles, se nourrir est partout considéré comme un acte social et culturel, par les repas partagés dans la communauté familiale, villageoise ou tribale. Les plats traditionnels et nourriture cuisinés par les femmes à une valeur de toute une civilisation, d'humanité, opposant ainsi les humains à la sauvegarder et à passer cet art culinaire aux autres générations naissantes.

Au fil de nos entretiens, on constate que plusieurs femmes, mais aussi de jeunes filles que nous avons interrogées, savaient les noms des plats anciens kabyles, on nous avait cité tels que ; Seksu, tiḥbulin, timsemdin, tiyřifin, timsemdin n laḥwal, tiyřifin n leḥwal, aḡrum, aḡrum n laḥwal, tamtunt, tacewwaḡt, tamexluṭ, seksu d tyeddiwt, aḡrum n wecraw, aḡrum n lebsel, seksu s yiḡi d sker, seksu d yikil, ikil s weḡrum, aḡrum n bibras, iniyman d zit, ifelfel, askaf, et une multitude d'autres plats. Tous ces plats et mets subsistent encore dans notre société d'aujourd'hui et nous les connaissons à travers nos anciens aïeux, souvent les mamans et les grand-mères, et nous avons pu constater aussi à travers cette étude de recherche que même si la majorité connaissent ses plats et leurs composants ou ingrédients essentiels, ces derniers ne sont pas cuisinés aussi fréquemment que durant les temps d'avant et cela suite à la modernisation de la nourriture chez les Kabyles

Au cours de cette étude, nous avons aussi constaté, parmi les femmes interrogées et la tradition en parallèle, que l'élaboration culinaire de la nourriture familiale est en effet, après la mise au monde des enfants, surtout les filles, l'une des tâches les plus importantes des femmes qui assurent ainsi la transformation des aliments préparés pour la consommation familiale en de multiples opérations, les unes quotidiennes, comme l'épluchage, le pétrissage, le roulage du couscous en différentes formes de cuissons, et d'autres moins fréquentes, souvent élaborées collectivement, et destinées à la constitution de réserves, comme le tri et l'ensilage, la conservation. Mais individuelle est leur mouture à la force féminine à sauvegarder ces plats avec le temps qui passe et à les transmettre à la génération à venir, notamment les filles.

La cuisine kabyle est une cuisine rurale, qui trouve sa richesse dans la diversité, car elle change d'une montagne à l'autre, et d'un village à un autre. Aujourd'hui, la tradition et

l'authenticité perdurent parce que les femmes, on prit soin de transmettre ne serait-ce que les bases de ces repas, qui font partie de l'identité kabyle, mais une certaine modernité se mêle aux recettes d'hier, surtout dans les repas quotidiens, Et donc la transmission a été faite de mère en fille, ou de grand-mère en fille, et comme on a pu le voir à travers les entretiens et la recherche, cette transmission se fait généralement avec la perception de la cuisson des plats traditionnels, mais aussi des fois en y mettant le doigt dans la pâte et en apprenant avec l'assistance de la maman, la transmission à jouer un rôle assez primordial et important à consolider le patrimoine traditionnel et culturel kabyle et à le faire conserver à travers les générations, il est encore à dire que la rupture de transmission des savoir-faire culinaire n'est pas totale, certaines jeunes filles continuent à préparer les plats culinaire traditionnels de nos jours, rien empêche que la transmission n'est pas totale aussi parce que certaines d'autres filles de la nouvelle génération ont abandonné la préparation des plats difficile à réaliser.

Nous avons pu voir dans les chapitres précédents l'évolution des pratiques culinaires, dans son contenu, comme en témoigne l'analyse des ingrédients des recettes. Mais sa structure connaît également certaines modifications. De nouvelles formes de repas émergent. La persistance d'un cycle de consommation alimentaire lié aux saisons et aux événements festifs nous éclaire sur l'importance des rituels en cuisine, mais ce n'est plus le cas aujourd'hui car les représentations qui ont les plats culinaires chez l'ancienne génération n'ont plus les même signification chez la nouvelle génération.

L'existence des plats traditionnels kabyles nous invite donc à déduire une existence d'une agriculture qui permet de se fournir des matières premières essentielles à la cuisson de ces derniers, et qui dit agriculture nous dit bien sûr une économie en Kabylie.

Au fur et à mesure de cette recherche, nous avons pu déceler encore plus le modèle économique kabyle qui avait comme pilier primordial à l'époque l'agriculture et les activités commerciales, à savoir la production et l'exportation des produits traditionnel et aussi l'extraction des matières premières à partir de la terre, par ailleurs, l'agriculture a joué un rôle essentiellement important à l'économie durant les anciens temps chez les Kabyles. En effet, cette économie a connu une chute directement après le colonialisme français vers le 19<sup>e</sup> siècle, l'agriculture et les produits traditionnels ne subsistaient plus à cause du colonialisme qui a su provoquer une chute incessante. Cette chute, qui justement a été accompagné par la perte de plusieurs aspects dans le patrimoine culturel et culinaire kabyle et a provoqué aussi l'insertion d'une certaine modernité que ça soit dans les plats, stratégies économiques et aussi

## **Conclusion générale**

---

population, un changement qui a bouleversé la Kabylie sans doute et qui a renversé ses traditions, ce qui explique le changement qui a subi la nouvelle génération quand les jeunes filles disaient préférer la nourriture occidentale d'aujourd'hui au dépit de celle de leurs ancêtres, mais aussi à avoir aujourd'hui un modèle économique très fragile et pas très inclusif et défavorable pour la Kabylie.

## Agzul :

Yer leqbayel, uċċi d tigawt tamettit d tdelsant, deg tiram i ten-yerzandeg tudert n twacult, ama deg tudrin, ama deg l3erc. Tiram timensayin i d-tttheeggint tlawin, s3ant azal i tyerma d talsa anda imdanen seh̄bibiren akken ad d-ġġen tazuri n usewwi i tsutwin i d-iteddun.

Aṭas n tlawin d tlemzyin i nesteqsa, nufa ssent tiram timensayin n leqbayel anda i ay-d-bedrent: seksu, tiħbulin, tiyrifin, timsemdin n leħwal, tiyrifin n leħwal, ayrum, ayrum n leħwal, tamtunt, tacewwaḏt, seksu d tyeddiwt, ayrum n ucraw, ayrum n lebsel, seksu s yiḡi d sker, seksu d yikil, ikil d uyrum, ayrum n bibras, iniyman d zzit, ifelfel, askaf d waṭas niḏen.

Tigelliwin-agi, mazal-itent, ar ass-a deg tmetti n wass-a, nessen-itent s ttawil n lejud-nney.

Nwala deg tewart-agi, aṭas i yessnen tigelliwin-a d acu kan ur tent-sewwayen ara imi ass-a kecment-d tgelliwin i d –tewwi tetrarit yer leqbayel.

Asewwi yer leqbayel, d asewwi amagam, yur-s tankelwit acku tettbeddil deg temnaḏt yer tayed, deg taddart yer tayed. Ass-a, mazal insayen-agi acku llant tlawin i iħerzen tigelliwin-agi imi cuddent yer tmagit n yimaziyen. Ihi, taylawt, tettwaxdam s tyemmat yer yelli-s, ay-agi nwala-t deg yisteqsiyen i asent-nefka i tlawin.

Taylawt-agi, tewwi tamlilt tameqrant deg tgemmi tamensayt d tdelsant n leqbayel d useħbiber-ines s yur tisutiwin.

Nezmer ad d-nini, tiram timensayin, newwi-tent-id deg tfellaħt i yeggen ass-a, deg tmurt n leqbayel, d tin i d-yettaken tanga tamezwarut i tgelliwin-a.

Ass-a, ma tenniḏ tafellaħt am wakken tebdreḏ-d tamdamsa imi tafelleħt tcudd yer tdamsa.

Nezmer ad d-nini, tadamsa n leqbayel d tigejdit deg yirmad n tnezzut. Ay-agi, yella-d deg ufares n wallalen n tenḏi imensayen akked usnulfu n waṭas n yifecka. Tafellaħt, tesa tamlilt deg tdamsa, deg talliyin tiqburin yer leqbayel.

Tadamsa-agi, d tin yuyalen yer deffir deg mi teɗda temkarsa tafransist, deg tasut tis 19.

Tafellaħt d tenḏi akked yifarisen imensayen, ur tṭifen ara adeg i asen-ilaqen acku tamkarsa-agi i d tamentilt n uyelluy n tdamsa taqbaylit. Ayelluy-agi n tdamsa, yedda akked uyelluy n waṭas n tmezriwin deg tgemmi tadelsant d usewwi; yewwi-d dayen anekcum n tetrarit deg tiram n usewwi d tesudas tidemsanin.

Abeddel-agi, d win iyembawlen tamurt n leqbayel deg yinsayen-is. Abeddel-agi, yessawed anda tilmezyin smenyafent tagella taberranit n wass-a yef tin i d-ġġan lejud-nsent, anda ass-a tamudemt tadamsant tettwarreż, ur tufi ara iman-is deg tmurt n leqbayel.

### **Ouvrage :**

- Alain Mahé. Histoire de grande Kabylie XIX-XX siècle, Edition bouchene, 2006. P26.
- Camille Lacoste-Dujardin « le conte Kabyle, Etude ethnologique "François Maspero 1 place Paul-Painlevé, V<sup>e</sup> Paris 1982" p.p 226-281"
- GRAWITZ M. Lexique des sciences sociales, 7eme édition, Dalloz, Paris 2000.
- HADDADOU. M. A, Le guide de la culture Berbère, Ed, Ina-yas, 2002. P.127.
- Jack Goody, « *la raison graphique*, la domestication de la pensée sauvage » ed Minuit, Paris, 1999, P.P 222-267.

### **Dictionnaire :**

- BONTE P, IZARD M. & Cie, Dictionnaire de l'ethnologie et de l'anthropologie, Editions Presses Université de France, Paris 1991.
- BOUDON R.BESNARD P.CHERKAOUI M.LECUYER B-P. Dictionnaire de sociologie, Larousse, 2005, P.84.

### **Sites internet :**

- H.Sarra, L.Ben Amira, juin 2005 <https://livre.fnac.com/a1665906/Sarra-Hamat-Cuisine-kabyle>
- [https://zims-lfr.kiwix.campusafrika.gos.orange.com/wikipedia\\_fr](https://zims-lfr.kiwix.campusafrika.gos.orange.com/wikipedia_fr)
- <https://www.elwatan.com/edition/actualite/contes-et-legendes-autour-de-la-gastronomie-algerienne-2-23-06-2016> consulté le 17/09/2022
- <http://benilaalam.blogspot.com/p/patrimoine.html> consulté le 15/09/2022.
- <https://www.depechedekabylie.com/evenement/53285-lart-culinaire/#:~:text=%E2%80%9CLE%20couscous%20est%20chaud%20et,signaler%20%C3%A0%20la%20m%C3%A0me%20%C3%A9poque> consulté le 01/09/2022

**Article :**

- BLANCHET A. Les techniques d'enquête en science sociales, éd, Dunond, Paris, 1988.
- Driss Boumeeggouti, *le patrimoine culinaire dans la dynamique touristique marocaine*, Horizons Maghrébins- le droit à la mémoire/ année 2006/ 55/ P.P 122-123.
- El Watan.com., *contes et légendes autour de la gastronomie algérienne*, 23 juin 2016 à 10h 00 min. <https://www.elwatan.com/edition/actualite/contes-et-legendes-autour-de-la-gastronomie-algerienne-2-23-06-2016> consulté le 14/09/2022.
- Honorine Pegdwendé S., « L'approche qualitative et ses principales stratégies d'enquête »  
<https://scienceetbiencommun.pressbooks.pub/projetthese/chapter/methodes-qualitatives-de-recherche/> consulté le 10/09/2022.
- Oubahli Mohamed. Une histoire de pâte en Méditerranée occidentale. Des pâtes araboberbères et de leur diffusion en Europe latine au Moyen Âge (Partie II). La France et le monde italique. In: Horizons Maghrébins - Le droit à la mémoire, N°59, 2008. Manger au Maghreb - Partie II. pp. 14-29.
- Oulebsir Rachid : Art culinaire : "Couscous et galettes de Kabylie" dépêche de Kabylie Edition du lundi 30 Mai 2005.
- Samrakandi Mohammed Habib. Arts culinaires en Méditerranée et pratiques culturelles. In: Horizons Maghrébins - Le droit à la mémoire, N°55, 2006. Manger au Maghreb. pp. 4-5;
- Poulain Jean-Pierre. Les Modèles alimentaires méditerranéens : un héritage pluriel à étudier pour en faire un label pour le futur. In: Horizons Maghrébins - Le droit à la mémoire, N°55, 2006. Manger au Maghreb. pp. 8-28.
- Wagda Marin. Le couscous : nouveau plat national du pays de France. In: Hommes et Migrations, n°1205, Janvier-février 1997. Migrants, réfugiés, Tsiganes, d'Est en Ouest. pp. 142-143.
- Wagda Marin. L'histoire d'une migration culinaire. In: Hommes et Migrations, n°1207, Mai-juin 1997. Imaginaire colonial, figures de l'immigré. pp. 163-166.

**Revue :**

- E.B., G. Camps, J.-P. Morel, G. Hanoteau, A. Letourneux, A. Fery, F. Demoulin, M.-C. Chamla, A. Louis, A. Ben Tanfous, S. Ben Baaziz, L. Soussi, D. Champault et M. Gast, Nouschi, R. *Alimentation*, in *encyclopédie berbère*, 1986, Alger-amezwar.

**Mémoire de magister :**

- Mémoire de magistère en langue et culture amazigh qui parle sur le sujet de « la cuisine, rituel collectif et différenciation social dans une tribu « AARC » de la Kabylie (AT Budrar) entre 1830 et 1999.

**Mémoire de master :**

- Slimani.K, khicha.H, « *valorisation du patrimoine culinaire " rituel des destivités collectives et différenciation sociale et culinaire de deux régions («Ait Ikhlef» Bouzeguene et « At Gouaret » At Djennad) de Kabylie entre hier et aujourd'hui* », encadré par M<sup>elle</sup> Kaced.S, promotion : 2016-2017 .

# Annexes

## **Annexe N° 01 :**

### **Le corpus sur « l'art culinaire et savoir-faire domestique chez la nouvelle génération :**

#### **Guide d'entretien : Corpus :**

#### **Questions posée à l'ancienne génération :**

Bonjour, je réalise une enquête sur des savoirs culinaires, sur la façon dont les gens apprennent à cuisiner. Je vous remercie d'avoir accepté de m'accorder un moment.

#### **Informations concernant l'enquêté et sa famille**

1. Quel est votre nom ?
2. Lieux de résidence ? (actuelle et originale)
3. Quelle est votre situation ? (marie, célibataire, veuve, divorcé)
4. Quelle est votre position dans la fratrie ?
5. Quelle votre niveau d'instruction ? Et ceux de vos parents ?

#### **Information concernant l'art culinaire domestique :**

- **Quelles sont les plats traditionnels que vous connaissez et consommez ?**  
Laisser parler l'interviewée le plus longtemps possible, relancer au besoin, mais la laisser sa propre logique. Ne recadrer que si l'interviewée sort du sujet.
- **A quel jeune âge vous avez réussie à maîtriser la cuisine ? et comment vous avez fait pour apprendre ?**
  - Votre mère (ou une autre personne de votre famille) vous a-t-elle transmis ses connaissances culinaires ?
  - Comment, dans quelles circonstances, cette transmission a-t-elle eu lieu (en observant, en participant, en demandant des conseils ...) ?
  - Faites-vous la même cuisine que votre mère ?
- **Dans votre famille, lorsque vous étiez enfant, ...**
  - Qui cuisinait ? quel genre de cuisine faisait-on ?
  - Avez-vous des souvenirs d'enfance liés à la cuisine ?
- **Est-ce-que vous avez transmettez votre savoir-faire à vos filles ?**
  - Avec vos filles, comment cela se passait-il (passe-t-il) ? s'intéresse-t-elles à la cuisine ? que lui avez-vous transmis ?

- **Quelles sont les plats traditionnels que vous préparez lors des cérémonies saisonnières comme (Yennayer, amager n tefsut...) et religieuses comme (Achoura et Mouloud) ?**
- **Est-ce-que à votre époque c'est obligatoire pour la fille d'apprendre la cuisine ? pourquoi ?**
- **Vous préférez la cuisine traditionnelle ou la cuisine moderne ? pourquoi ?**
- **Achetez-vous les produits de l'alimentation traditionnelles ou c'est vous qui les produites ?**

### **Guide d'entretien : Corpus :**

#### **Questions posée à la nouvelle génération :**

Bonjour, je réalise une enquête sur des savoirs culinaires, sur la façon dont les gens apprennent à cuisiner. Je vous remercie d'avoir accepté de m'accorder un moment.

#### **Informations concernant l'enquêté et sa famille**

- 1- Quel est votre nom ?
- 2- Lieux de résidence ? (actuelle et originale)
- 3- Quelle est votre situation ? (marie, célibataire, veuve, divorcé)
- 4- Quelle est votre position dans la fratrie ?
- 5- Quelle votre niveau d'instruction ? Et ceux de vos parents ?

#### **Information concernant l'art culinaire domestique :**

- **Quelles sont les plats traditionnels que vous connaissez et consommez ?**
- **Est-ce-que ces plats sont en consommation aujourd'hui ?**
- **Est-ce que vous maîtrisez les savoirs faire dans ce domaine ?**
- **Quelles sont les changements que vous percevez dans ce domaine ?**
- **Êtes-vous pour le changement ou pour la permanence ?**
- **Comment vous voyez la situation des plats traditionnelles ceux à la mondialisation (apparition de nouveaux plats) ?**
- **A quel jeune âge vous avez réussie à maîtriser la cuisine ? et comment vous avez fait pour apprendre ?**

- Votre mère (ou une autre personne de votre famille) vous a-t-elle transmis ses connaissances culinaires ?
- Comment, dans quelles circonstances, cette transmission a-t-elle eu lieu (en observant, en participant, en demandant des conseils ...) ?
- Faites-vous la même cuisine que votre mère ?
- **Quelles sont les plats traditionnels que vous préparez lors des cérémonies saisonnières comme (Yennayer, amager n tefsut...) et religieuses comme (Achoura et Mouloud) ?**
- **Dans votre famille, lorsque vous étiez enfant, ...**
  - Qui cuisinait ? quel genre de cuisine faisait-on ?
  - Avez-vous des souvenirs d'enfance liés à la cuisine ?
- **Vous êtes intéressé(e) par la cuisine traditionnelle ou la cuisine moderne ? Pourquoi ?**
- **Combien de temps consacrez-vous à la cuisine par jour ?**
  - Pour qui cuisinez-vous ?
  - A part vous, y a-t-il d'autres personnes qui font la cuisine chez vous ?
  - Aimerez-vous y passer plus ou moins de temps ?
- **Quels sont les plats que vous faites le plus souvent ?**
- **Selon vous, est-ce important de savoir faire la cuisine ?**
- **Vous arrive-t-il d'essayer de nouvelles recettes ?**
  - D'où viennent ces nouvelles idées (livres de cuisine, chaîne youtube, discussions avec amies) ?

### **Questions posées aux femmes conficteuses**

- Pourquoi avoir choisi cette activité ? Est-elle une activité épuisante ?
- Travaillez-vous seule ou vous êtes aidé(e) ?
- Avez-vous beaucoup de commandes ?

## Annexe N° 02 : Les entreteins.

### Entretien Nna Xliğa.Y :

Agée de 87 ans, veuve, mère de 6 enfants, résidante au village d'Ait Enzer originaire du même village. Elle est l'ainée de la famille, elle a deux sœurs et trois frères. Elle n'a aucun niveau d'instruction et ses parents aussi n'ont pas d'instruction.

#### S : Quelles sont les plats traditionnels que vous connaissez et consommez ?

#### Acu n Imaklat i tesewwayem zik-nni ney ayen i wumi tecfiđ ?

X: « Zik zik nesewway, Ayrum d seksu ula d winna ur t-nufi ara, daya zik, ayrum n ubelluđ, seksu n uberbuc, iniyman uxarbuc ula d tiđdart ur telli am wakken i as-yenna Muħend n Tceqđit. Acu nesewway zik a yelli ĩni yella kra yellan ; tsewway-ay-d yemma ad tt-irħem Rebbi tabuđtat n uqfal, ad as-tgezmeđ akk leħwal :( lees, ġelban, tacnit...). Tesewway tabuđtat n tbaqit ad as-terređ akk leħwal, ad ten-tgezmeđ mi wwan leħwal-nni, ad t-teggeđ am tcewwađt am wakken ara tmesleđ taħlast ad t-tfesređ fell-as, ad t-tgezmeđ s uđar n tyenjawt ney n tjenwit am yidudan ur tettirqiq ara mliħ mliħ, sakin mi tessaweđ ayen ara yewwen, ad ad tt-tger yer useksut iwakken ad d-furrent, ad tezwar tiqeccađin ad ten-tessired i wakken ur ttfurunt ara sakin ad tt-tesres fell-as i wakken ad d-furrent din din ; mi d-wwant, leħwal ad wwan daxel n teccuyt am yifelfel azewway, ticcirt, lebšel, tacnit... mi tewwa ad tt-id-tesmir yer teqđuđt ad as-tekkes tiqeccađin-nni ad ten-tdegger, sakin tifracc-nni ad d-ƒsint ad d-teddem zzit ad ten-tħuk i yifassen-is ad as-texdem akk akka sakin ad d-teƒsi merra. Leħwal-nni n teccuyt yuy lħal wwan, sakin ad ten-tger, ad d-teddem ayenja ad tēemmer, ad tesmaray ad terwi, ad tmeħeđ imir-n ad tt-teġġeđ ar sbah, ula ay teččeđ deg-s, akka ad nessaram melmi ara yali wass ad ay-t-id-teƒk azekka-nni sbah, d tazidant tesa ticert lees ney ibawen ad d-brin ad zden tesa ajeġġig, lqut n zik ajeġġig kan yella yella (ajeġġig : lees, ġelban, ibawen ...) wigi kan llan, ama deg useqqi ama ziziden lqut ; taggara-agi am wakka rebħen akk medden cwit nesewway lemsemed, nesewway tiħbulin, nesewway aemam lqadi, ayrum, yerna mačči am wagi n tura d areqqaq winna n zik d azuran n sin yišuntimen yerna ħaca lemlaħ d waman ur yettiki zzit ur yettiki wacemna, ur trewwuđ ara. Ma tebyiđ ad yilqiq ad yizid ugar, mi yewwa am lmarjan d azewway merra iwennee ad tettfeđ tađumatict ad tt-tcarfeđ ad tselfeđ yis s ufella sakin ad yeqqim uya teččeđ deg-s, d seksu, axbiz aquran d tmellalin, ur tt-tettdeggiređ ara ad tt-tcarfeđ d ticarifin ad as-tesmiređ cwit n zzit yer lmeqli, ad terwiđ timellalin ad tseediđ axbiz-nni deg-s ad tsarseđ yer lmeqli, ad d-ikke d leħrir ad yačar uđebsi, am wakken s ixeddem Remđan n Muħend Arezqi jami ur t-iđđ-deggir ara axbiz d asewwi i t-

isewway ad t-yarkec merra deg uyefki, ad d-yeww am ugaṭu, ntteg ayrum n ucraw, ayrum uyiyac, ntteg ayrum leḥwal, mačči am wagi n tura ad as-txedmeḍ 20 n yisufar yerna ad d-iffey rzag, ntteg taḥbult n tassemt ur txedmeḍ acemma ala tassemt ney llan wid i as-iqqaren taḥbult n lexlie ad txedmeḍ sin yidilen ad tgeḍ yiwen yidil ad ternuḍ wayeḍ ad d-teddmed tassemt-nni yettsedḥin di Rebbi mačči d acarbiḍ-agi n tura, ad t-gezmeḍ cwit cwit ad tt-tesdareḍ merra ḥacama yeččur sakin ad as-tqelbeḍ idil-nni ad tt-teḡḡeḍ, ad as-d-tseawjeḍ akka cwit iran-nni, ad tsewwayeḍ, ad d-neggi tassemt, ma yekcem Dada Ssi Eli yer Wardiya Lḥusin ad tt-yaf tesewway-it ad as-yini « Aḥḥeq At tṭeam-agi ar ayrum-nni ar yedyel » ad yeqqim ḥacama yečča-t, nxeddem tiyrifin yerna mačči n useḥluli d tid n unaeruk, ma tsewwam-d yemma tiyrifin ad tent-teččeḍ yef usuffey n tarwiḥt, ad tent-texdem am tbunyin-nni n teḥlast sakin ad ten-tger yef sin idurra, ad tent-ssers yiwen yidir ad d-yeww ad ternu wayeḍ s ufella sakin ad qqiment tiṭucin d injumen, d icelfuyen am win ara yeryen merra tbarej deg uḍajin, tacewwaḍt, berkukes n teccuyt ad as-tuqmeḍ akk leḥwal ad tfetleḍ d azuran, yella berkuses aquran, yella berkukes yeḥlulin ; berkukes-nni aquran ad t-id-tesmireḍ yer teqdduḥt ad d-teddmeḍ zzit, ad as-txedmeḍ akka kul aeqqa ad iruḥ weḥd-s ma d barkukes yeḥlulin yemxallaf winna ad yeseu atas n waman ama mi ara tfetleḍ ama mi ara tsewweḍ d acu kan ilaq ad d-iffey d aquran ad t-id-tekksed s tyenjawt ney s uyenja ad t-dahneḍ s zzit, yur-i yifit barkukes aquran , ad ifur ḥacama yewwa ; wigi akk nxeddem-iten di ccetwa ma yismiḍ lḥal, muli deg unebdu d tamagirt nxeddem seksu yerna seksu d aḥtal i tenfettel aneqqim ak sut wexxam ney tijiratin ad nefel ad neṭṭef ass kamel ney kter; ayrum, timsemdin, taḥbult kan akka, ayrum n temzin, ayrum n ubelluḍ, seksu n uberbuc ad d-teddmeḍ aclim n temzin, ad tfedleḍ ad as-tseččeḍ abelluḍ, irgazen, ad as-neftel cwit n seksu n temzin weḥd-nsen ma d nekkenti aberbuc ad as-nesseč abelluḍ azidan, ad ten-tessaxleḍ d uberbuc-nni ad ittfurru, ad tt-nseqqi s useqqi-nni n teclt yas akken d abelluḍ ad t-nečč zid ; ayexti nekkeni zik nerwa lḥif ; cfiy-d sewway-ay ula d iżerman n uwtul ; win akken yeččuren d wina yeḥlulin ad tdegreḍ, ma d wina akken yesean am tbururin-agi lmal, ad ten-id-tkksed, ad ten-tsewweḍ di lmeqli ney di lmarqa akken i am-yehwa, mi lhan di lmeqli, zik nečča abeqquq zid d yaḥcic imeqqi-d di lexla, nečča tibiwt, ad tt-id-tawi yemma ad tt-id-teqlae am yeḥcic, tettemyay-d am tdudac, tesea iferrawen s ufella mi txedmeḍ akka i udeggun ad d-yeddu akka am yiḍudan, ad tt-id-tekksed merra daxeḍ leḥcic-nni, ad d-teddem yemma aqermud, ad as-texdem akk akka merra, ad as-tekkes akk merra azewway-nni, ad tesres taccuyt ad wwent, mi wwant ad tt-texdem d tikennurin, ad ay-d-tettak ad nečč, ulac lehlak imir-n ulac, ula d lmut-agi qlil ad tesleḍ yiwen yemmut, nettawi-d dayen bibras ntett yis seksu, ney ad nawi ayrum yer lexla ad t-nečč yis, ma d lḡatu zik ulac-it akk ula d isem-is . »

**S** : A quel jeune âge vous avez réussie à maîtriser la cuisine ? Et comment vous avez fait pour apprendre ?

Acehal di lemer-im mi tesned ad t-sewweđ ? Amek almi tesned ?

**X**: « *Asmi i d-ddiy d tislit yef 15 n ssna yuy lhal ssney ad sewway, tteggay ayrum, seksu, wigi sahyen ur weiren ara, ttwaliy kan s wallen-iw zarrey amek txeddem yemma hefdey wehd-i, zik tiyemmatin ur qqarent ara rwaḥ ad am shefdey, taqcict d nettat ara yerren ddhen-is wehd-s, ad tt-wali kan s wallen ad tihfid, ma d lhaḡa n yisewwiten-agi n tura ur ssiney ara ulac-iten akk zik-nni* ».

**S** : quelles sont les plats traditionnels que vous pratiquer lors des cérémonies saisonniere comme (yennayer, amagr n tefsut) et religieuse comme (achoura, mouloud) ?

**Acu n lemwakel i t-sewwayem mi ara d-iḥder usfugel n wansayen akka am Yennayer Imulud ta3acurt... ?**

**X** : « *Nekni zik a yelli yal ansay s wazal-is s lemwakel-is, di yennayer nxeddem seksu bu sebca n yisufer d asfilet i wakken ad yelhu useggas ad tili naema d lyella ad nuḥ ad d-neddem ayaziđ adt t-nezlu di lhara, ad d-t-afed mara At taddart akken i xeddmn, ad naerek tihbulin d temsemdin ad nexdem tiyrifin, mi d-yaḥder imensi ad d-nseqqi akk yer yiwet n tarbut ad neqqim ak nekkni s wat wexxam ney ma yella wi id-yusan ad nečč akk jmiε akken ad tili gar-ney tegmat, nettawi dayen tundicin i tweliyin n taddert d wid akk iqarben, ma deg wussan n laewacar kifkif ad nexdem imensi (d ayen yesfilliten i lbaraka d lxir) ad nefreq akk yef wat taddart ad neqqen lhenni ad neceel ticemmaein ad nedeu yer sidi Rebbi ay-d-yefk sheḥḥa d lehna d wussan leali*».

**S** : Dans votre famille, lorsque vous étiez enfant qui cuisinait ? quel genre de cuisine faisait-on ?

**Deg twacult-nwen, mi telliđ mečtuḥeđ anwa i yellan yesewway ? Acu n Imakla i sewwayen?**

**X**: « *Mi lliy mečtuḥey d yemma i yellan tsewway, d nekk i d tamenzut-is, safi ḥaca nettat kan i yessewayen, tella jida ad fell-as yeefu rebbi, tikwal akka tsewway ula d nettat d acu qlil. Tesewway-ay-d yemma tabuftat ama d tin n tarbut ama d tin n tbaqit, seksu, ama s useqqi-agi kan afessas s lxeđra n tmurt, ama d amexluđ s leḥcawec n lexla, zik leḥcawec llan, ad furen akk akked seksu, ad t-nečč akken, yella dayen barkukes, abazin... iih a temzi! xas ur*

*nečči ara atas lamaena tella lbaraka, yerna zzid, ternuđ nekkni nesett akk deg yiwen n uđebsi, mačči am tura yal yiwen deg uđebsi-ines akken ulac leqniεa ulac; kullec yella amzun ulac».*

**S :** Avez-vous des souvenirs d'enfance liés à la cuisine?

Teseiđ cfawat n temzi icudden yer usewwi?

**X:** «*Cfiy mi lliy mečtuhey, hemmley mliħ ad sewway ladya ussan-iw imezwura m i akken kan bdiy, cfiy dayen ad nruh nekk d teħdayin n ljiran yer lexla ad nekkes ama d abelluđ ama d iskimen, iskimen-agi ad t-nger lweq- nni deg waman ad rekmen ad as-nexdem cwiđ n lmelħ d zzit d ticert ad t-nečč, yella winna iwumi neqqar isisnu d azewway ackit, tizwal, lexrif d rreman, zik ulac azrab-agi akk anda truħeđ ad d-tekksed. Saramey s wařas ad d-uyalen wussan-nni... iih! i nseedda a yelli d wa ay nečča. Xas ur nečči ara atas deg yixxamen deg wakken yella lexřřas, d acu kan akka netteffey yer lexlawi ur yeedi ara, nettekes lař-nney din».*

**S: Est-ce-que vous avez transmis votre savoir-faire à vos filles ?**

**Tefkiđ-asen-t i yessim ayen tessneđ kemm ney xaři?**

**X:** «*Yessi řhefđey-asant akk ayen ssney, akken i am-d-nniy nekk, lmakla n tura, ur tssiney ara d lmakla n zik kan i asent-řhefđey, mi bdant kan akk meqqrıt cwiya ttarrant ddhensent, ttwalint amek xeddmey, qqarey-asant ayen i tella yemma teqqar-iyi-d, tameřřut d axxam n medden ara tt-ijemeen, lazem fell-as ad tt-issın ad tseww, muli ad d-tuyal seg uxxam-is, zik akka mačči am tura kullec d lbiε, ney d lmakla-agi kan xfufi, dayemi zgan eyan feclen medden. Nekkni kullec ney s zzit n tmurt, tura yennulfa-d ula d zzit-agi n sans gout mi ttarrant i lmakla ad yettezzi leεgel-ik.*

*Yelli tameqqrant Wiza, tessın ka d-yettwabeaten yerna weħd-s ulac acu ur tessın ara, Wiza d taεeqquct, tessın ayen akk nsewway zik; seksu d uyrum, tiħbulin, tiyriřin, timsemdin...mi tura mi d-nnulfan akk wigi nettat ur tessın ara ad ten-tseww, uya d Malika d Tsaedit yessi tilemmasın ssnent akk ad sewwent lmakyat-agi n zik axařar zik i tent-id-seiy, ma d yelli tamazuřt tessın kra lmaklat-nni n zik akka am teyriřin, tiħbulin, timsemdin, tacewwađt, seksu, ayrum...lamaena nettat d wid n tura i tessın s wařas axařar di lawan-nsen i d-tekker di lawan n wigi mačči di lawan n lħif, tekker-d di lawan-agi ideg sewwayen akk medden sakın tsewway deg uxxam-is wamma nekkni deg uxxam-nney takeřřart ĥaca ayrum» .*

**S : Vous preferez la cuisine traditionnelle ou la cuisine moderne?**

**Acu tħemleđ d lmakla n zik ney d tin n tura ?**

**X:** «*Hemmley lmakla n tura mačči d adiri i diri-ten lamaena tekkat-iyi tmagart am tmezzuyin-nni i teggar yer zzit n sangu (beignets) mačči d akrah i tent-karhey ħemmley ad ččey akken 3 ar 4 lamaena ččurent d zzit, mi nekkni zik ulac akk i gařuten-agi d yifarmajen-agi, imezzuyen-agi txedmemt akka tura, deg wakken ulac yella lexšař mliħ mliħ, nekkni zik di laeyudat nxeddem tiħbuyin, timsemdin, wa ad yexdem taħbult n tmellalt, wa d taħbult n lmarqa, tiyriřin, aħħeq ass-n d wass-a ar amud i txeddem yemma ad t-id-tesmir yer tqedduħt, ad d-tekkređ azekka-nni sbaħ ad tessarameđ ad yali wass, ad tent-tafeđ semmđit, yifit lqut n zik wala ticemcarin-agi n tura takeffart d mreřfu di tiřet, lqut n zik d sker*».

**S :** Achetez-vous les produits de l'alimentation traditionnelle ou c'est vous qui les produit?  
**Zik-nni tsewwayem s lxeđra n tmurt ney tettawim-d di ssuq?**

**X:** «*Zik akken ad iruħ yiwen yer ssuq amek i ixeddmen i yisardyan-nsen? Xeddmen-asen tisebbađin n lkettan akken ad yeffey s tuffra, ur yesqarwiħ ara akken ur as-d-sellen ara medden, a-t-an iruħ ad d-yeqđu, yerna yef leřjer akken ur t-id-ttwalin ara. D leib ad iruħ yiwen yer ssuq, axařar nesea tibħirin, nettawi-d ieeqqayen n yibawen, nettawi-d taqlalact, lbařařa, isaywan n ticcirt n tmurt, isaywan n lebřel n tmurt, lkeřbar n tmurt, kulci n tmurt, ma d win ixuřřen ur yesei ara ad d-yay d lbiē mi akken tebyuđ txedmeđ ssuq kan yella yella, lħasul yemma am řnima n tjaelit eni tettay-d kullec-is n tmurt*».

**S :** Est-ce-que à votre époque c'est obligatoire pour la fille d'apprendre la cuisine?  
**Zik-nni, tella teqcict ur nessin ara asewwi ney ilaq ad t-tissin bessif?**

**X:** «*Deg zzman-nney, nekkni, ulac taqcict ur nessin ara ad tseww, ilaq fell-as ad tissin ama yehwa-as ama ur as-yehwi, zik zewřent yef 12 n yiseggasen, ma ur tessin ara ad d-tuřal seg uxxam-is, d leib ameqqran yef teqcict ma ur tessin ara ad tseww*».

## Entretien Dalila.A :

Agée de 58 ans, mariée, mère de deux enfants, une fille et un garçon, résidente au village Ait Enzar, originaire du village Ahfir, elle est la troisième fille de sa famille elle a un niveau de 8eme, ses parents n'ont aucun niveau d'instruction.

### X : Quels sont les plats traditionnels que vous connaissez ?

#### Acu n lmakla n zik i tessneq?

**D:** «Nsewway zik tiyirifin, llant tid n usehluli, tid n unaeruk ttewwayent-d deg uđajin n wakal mačči deg wagi n wuzzal n tura acku zik-nni d win n wakal kan i yellan, dayen tiħbulin, timsemdin, tacewwađt s uyeŕki, tacewwađt n tebşelt nxeddem-as aseqqi ad as-nexdem tabaťaťat, tibşelt, ifelfel aquran, řumaťic taqurant, ad as-nernu cwit n tassemt taqdimt, d cwit n lmelħ, mi wwan akk laħwal-nni ad as-txedmeđ tacewwađt-nni ama n temřin ama n yirden ad teww akken xemsa dqayaq sakin ad t-id-tesmiređ yer tarbut, ad as-ternuđ z Zit n uzemmur, yella wa ara teččeđ deg-s, nxeddem dayen tayeddiwt s yibawen n yizgaren ney ibawen n yiger, yal yiwen amek i as-yeqqar d ucedluħ, yella dayen uberbuc, ad t-neftel s uclim n temřin mi yewwa ad as-txedmeđ aseqqi s lees ney s tecnit tettwaxdam am ġelban, xeddmen-t medden i uberbuc, dayen amexluđ n lleft, ad as-tgezmeđ tagarża, tagarża-agi d iferr-nni n lleft ad tcarweđ ad tgezmeđ am tyeddiwt, ad as-tt-txedmeđ, yella seksu bu sebea n yisufar, nxeddem-as ibawen n wat εamayen, lbaťata, lebşel, řumatic, zrudiya, taxsayt taqurant, ayaziđ, yal yiwen ad as-yexdem ayen yeşea, ibawen-agi n wat εamayen nettseqqi-ten di yennayer ney di teacurt, neqqar-asen akka axaťar azar-nsen ur yettmettat ara yef εamayen, yella dayen uyrum bu sebea n yisufar ney ayrum n laħwal, nxeddem-as felgu, tassemt, lkesbar azegzaw, lebşel, ticcirt, ifelfel aquran, ifelfel azewway n uwren, yella seksu s useqqi-agi, ticuftin, ad ss-nexdem taxsayt, řumatic, tibşelt, ifelfel n uwren, lkesbar azegzaw, illa dayen uyrum n ucraw, ad d-tekkseđ acraw n lleft ney n tyeddiwt mi wwan ad as-txedmeđ awren n yirden ney n temřin, dayen ayrum n bibras ad t-id-tekkseđ ad as-txedmeđ awren ney abelluđ azidan, ad t-tezdeđ, yella dayen uyrum n ubelluđ weħd-s, ney ayrum-agi kan weħd-s s uwren, nxeddem dayen abazin, ad d-tedmeđ awren, ad t-tfetleđ alma yeffey-d d barkukes, sakin ad t-tesfuređ, ad as-txedmeđ aseqqi s texpayt taqurat tazewwayt tin n ccetwa, ad as-ternuđ ibawen n yiger iquranen akked lleft, d tassemt taqdimt syin akkin ad txelteđ barkukes-nni mi yewwa, ad t-id-tesmiređ yer tarbut, ad as-ternuđ z Zit n uzemmur, zik d wigi akk i yettewwayen, yella dayen uyiyac, tizzedla, zik akk nettawi-ten-id di lexla, laħcawec-agi akk, ifelfel aquran s lbaťata n waman, ad xelřen ney amejjux s tmellalin tuftilin, ađdir ad txedmeđ alekti am wina n tcuftin

ney n temsemdin, ad tmesleđ ad tsersed yef uđajin, ad t-id-wten yifuran, sakin ad tesrekmed tihemzin akked temhemezt d tmellalin tuftilin, sakin ad tfetteted ađdir-nni cwiđ cwiđ, ad txelted ad t-dahned s zzit n tmurt, ad d-iffey ackit, tellatbuftat ad tessewweđ akken d tazegzawt ney ad t-tesfured uqbel, yella dayen uyrum n tassemt yerna nekkeni zik yef lkanun i nesewway akk wigi irenu-d tizeđ i lqut, akka am temtunt n gar yiđujan ad tt-tegređ yer uđajin n wakal swadda-s d irrij s ufell-as d irrij ad d-teww akken tesa yiwet n tiremt telha, timsemdin n leħwal, askaf ney acrab, zik d wigi kan i ittewwayen di yal axxam yas ad ibeddel yiwen imensi ad yexdem seksu d uyaziđ».

**X : Est-ce que ces plats sont en consommation aujourd'hui?**

**Lmakla-agi mazal ar tura tettwaxdam ney ala?**

**D:** «Yella wayen i d-yeggran, yella wayen i iruħen, akka tura mazal ticuftin ur ruħent ara taħlas, tiyriřin yerna d tidak-nni kan n useħluli, ayrum, ayrum n leħwal, seksu, timsemdin, seksu d tyeddiwt, amexluđ, tiħbulin, timsemdin n laħwal, mi iruħ uyrum n ubelluđ ur teseiđ win i t-yetteggen, iruħ dayen uberbuc c'est rare win i t-ixeddmen, iruħ ubazin, tiyriřin unaeruk, tabuftat... ugar lmaklat i iruħen tid i d-yeqqimen».

**X : Comment vous avez fait pour apprendre à maîtriser ce savoir-faire? Et à quel âge?**

**Aħal di leemmer-im mi tessneđ asewwi? Amek almi tessneđ?**

**D:** «Heřdey weħd-i s wallen-iw kan, ttwalliy tinanatin-iw, setti ad tt-irħem Rebbi mi d-tekker kan sbah, ad am-tini eeddi ddem-d taqduđ ad tarked ney ad tfetled, yerna ilaq ad d-iffey wayen ara tsewweđ muli a-t-an ur temeined ara am wakken mačči d tameřtut aprs mme kemm ad tnaħcamed, tella yemma dayen uqbel ad temmet ad tt-irħem Rebbi incallah, ttwaliy amek txeddem, uyaley ttwaliy yer uletma tameqqrant, nekkeni zik s wallen kan ad t-twaliđ timeqqrantin amek xeddment ad tissined bessifell-am akken kan ara tawdeđ 9 ney 10 n yiseggasen, ad am-d-sarsent taqedduđ, nekk, cfiy asmi heřdey, bdiy s uyrum akked seksu s wigi i nbeddu zik aħafuđ arnu d leib tin ur nesei ara seksu deg uxxam-is, ilaq ad tissined ama tebyiđ ama tugid am tin yeyran am tin n uxxam».

**X : Dans votre famille, lorsque vous étiez enfant qui cuisinait? Quel genre de cuisine faisait-on ?**

**Di twacult-nwen mi telliḍ meçṭuḥeḍ, anwa i yesewwayen? Acu n lmakla i sewwayen?**

**D :** «*Mi akken lliy meçṭuḥey, cfiy d yemma akked tinanatin-iw i yellan sewwayent, xeddment nnuba, acku akken akk i nella nezdey deg yiwen n uxxam, imir-n ulac aezal-agi, xas akken yal yiwet tebqqu ad tili weḥd-s, ula d setti lawan-nni ad teqqim kan ad d-teg seksu ačhal zid, yif akk win i d-txeddem yemma d tnanatin-iw ad twahmed, ad tesetteḍ deg-s ur trewwuḍ ara lah lah. Ma d lmaklat i d-ttgent d tid akken i d-nniy yakan s waṭas tabuftat, seksu, tacewwaḍt, abazin, ayrum...».*

**X : Quels sont les plats traditionnels que vous préparez lors des cérémonies saisonniere comme (yennayer, amager n tefsut...) et religieuse comme (achoura, mouloud) ?**

**Acu n lemwakel i t-sewwayem zik mi ara d-ihder usfugel n wansayen akka am yenneyer, lmouloud, taṣacurt... ?**

**D :** «*Nekni zik llan lemwakel special mi ara d hedrent akka leewacer ney ussan akka yesean azal am yenner, taṣacurt... yerna meme lemwakel agi seān lmaēna akka am yennayer ilaq anexdem seksu bu seba n yisufar arnu ad nezlu ayaziḍ gexxam akken ad azzlen idamen dg uxxam ayen ara d-yawin rrbeḥ d lbaraka d lyella i wexxam d iεeggalen-is, aqaru-nni nettak-it i weqcic ad t-yečč akken ad yuyal d aqaru yef uxxam ma d tifarrawin- nni i teqcicin akken ad frefrent (ad zewḡgent ) ur tṭyamant ara deg uxxam n baba-t-sent, azekka-nni taṣebḥit nettṣeṭṭil i wuqcic amecṭuḥ abrid amezwaru, ad as-iṣeṭṭel wargaz ameqran n wexxam, ad d-nawi lqarmud ad t-neddez as-narnu tament n tmurt taḥurrit ad ten-nexleṭ akken as-t-nixdem deg umḍiq-nni anda sisetel, ma d nekti ad nesseww aḍdir , tiyrifin, barkukes, tiḥbulin, d ujeḡḡig, nxedem akk ayen akk ifettin akken ad yefti weqcic-nni ad ḡḡuḡgen wussan-is, dayen win izemren ad d-yawi aqaru n wezgar at-id-yawi at nexdem apres anefraq akk tundicin Afyexxamen n taddert ».*

**X : Est-ce que vous avez transmettez votre savoir à votre fille?**

**Tesḥeḍeḍ-as i yell-im ayen akka i tesneḍ kemm ?**

**D :** «*Seḥḥaḍeḍ-as ayen akka i d-mazal nxeddem-it tura akka am uyrum am seksu, tiyrifin, tiḥbulin, ticuftin, lemsemed, ça depend acu ḥemmlen tura nxeddem-it-id nsewway-iten*

*après iban ad ten-tissin amek ttewwayen, lqum n tura ttissinen ayen i asen-ihwan, tetten ayen i asen-ihwan. Yelli mi ara as-iniy eeddi ad d-teddmed lgefna ad tihfided ad tfeted, ad am-tini yella kullec di thanut i wacu ara sewjay iman-iw, tettaġi , themmel kan itakusen-agi n tura s kra yekka wass ad tsexluġud di tkuzint. Yelli, tmal mliħ yer lmakla-agi n tura, ur tettrużu aqerru-is ad tihfid lmakla n zik ulac, mačči am nekkenti zik neggar akk ifassen-ntey ad nissin, nettwali s wallen akken ad nihfid. Yelli, ad iyi-tawen cwiya ad terwel, ad d-tini eyiħ, ass kamel ala nettat di téléphone. Akka i d lqum n tura, ufan-d kullec yerna zgan d acetki».*

**X :Quels est votre avis sur les plats modernes? Et que preferez-vous la cuisine moderne ou la cuisine traditionnelle?**

**Acu-t rray-im yef lmakla-agi n tura? yer wacu iyer tmaled ugar d lmakla n zik ney d tagi n tura?**

*D: «Tura atas n lmaklat i d-yennulfan i d-ikecmen, yella le choix ama d acu ara tsewweđ ama d acu ara teččed, aql-aħ ntett-iten, lamaena nekk d wid-ak n zik i hemmley atas axatar d wid-ak i yelhan i iziden, ttewwayen akk s lxeđra n tmurt, lhan i sseħħa, ma teddiđ ar lebšel n tmurt, laħcawec-nni akk n tmurt, ticcirt n tmurt, tumaťic kif kif, merra ad ten-id-tekkseđ di tebhirt, ulac akk ssuq-agi zik mačči am tura d lxeđra n ssuq ur bninet ur zidet, tetteway mebla lawan, nekkeni zik ula d ikesman ama n uyelmi ney n ubeqri ney d iyuzad merra n tmurt kessen di lexla, deg udrar, mačči am tura ħala lalimu, ħaca tassemt deg-sen almi helken lyaci, rnu nekkeni zik lmakla-nney akk s zzit n uzemmur».*

**X : Comment vous voyez la situation des plats traditionnels ceux à la mondialisation (apparition de nouveaux plats)?**

**Amek i tettwaliđ liħala n lmakla n zik imi akka id-banen lmaklat-agi tijdidin?**

*D: «Tamezwarut, ibeddel lweqt, ibeddel lqum, uyalen ur hemmlen ara ayen n zik, hemmlen wigi n tura ad ak-yini awah ur tettey ara nekk seksu ad ččey gratin ney pizza ney iħetwiren-agi akk n tura akinin diri-ten yifit wagi, yifit wihin, atas n lmaklat i ġġan medden ur tent-sewwayen ara rnan-ten wigi n tura, kksen-asen azal am wakken yeđlen-asen lqima, lamaena dayen yella wanda ara d-tafed tiwaculin i mazal sewwayen lmaklat-agi n zik yaş ulamma d kra kan n lmaklat mačči merra mi akka gar cwit d waťas xir ma ruħen akk ilaq ad nettef deg-sen yaş akka ikcem-d ujdidi ur ilaq ara ad nsarreh i wayen nesea gar yifassen-nney d cci-nney, zik dayen d yiwen lqut kan i yellan dayen ara yexdem uxxam-a ara yexdem wayeđ,*

*dayen ara texdem tmeqqrant ara texdem tmeçtuht, mačči am tura aṭas i yellan, yal yiwen d acu umakul ara yexdem».*

**Entretien Jeğğiga.H :**

Agée de 26 ans, célibataire, la deuxième fille de la famille, résidente au village Ait Enzar, licenciée en droit, sa maman femme au foyer, son père est un transporteur.

**S : Quelles sont les plats traditionnels que vous connaissez ?**

**Acu n lmaklat n zik i tessneḍ?**

**J:** *«Ssney seksu, seksu s tyeddiwt d ucedluḥ, amexluḍ, amexluḍ-agi yella win n yibawen yella win n lxeḍra, yaeni ayen i am-yehwan ad as-t-terreḍ. Ssney tibites, ticuftin, tiyriḥin, berkukes ḡas ulama sney-t kan s yisem, ayrum n laḥwal, timsemdin, tiḥbulin, ayrum s ucedluḥ, ayrum bu leḥwal, taḥlast...»*

**S : Est-ce que ces plats sont en consommation aujourd'hui?**

**Lmaklat-agi mazal ttewwayen tura ney xaṭi?**

**J:** *«Llan les plats i nxeddem, llan wid ur nxeddem ara, nekkeni deg uxxam-nney mazal nettef cwiya di lmaklat n zik am teḥbulin, tiyriḥin, timsemdin, ticuftin, ayrum n leḥwal, seksu d tyeddiwt, amjux, taḥlast, lamaena mačči kul ass i ten-nsewway, nsewway lmaklat-agi nniḍen tijdidin, s waṭas nsewway seksu».*

**S : Est-ce que vous maîtrisez les savoirs-faire dans ce domaine?**

**Tessneḍ ad tsewweḍ lmaklat-agi n zik ney xaṭi?**

**J:** *«Yella d acu ssney yella acu ur ssiney ara, akka am seksu, ssney ad t-sewway mi ur ssiney ara ad fetley ur ttwaliy ara belli obligé ad t-issiney axaṭar yella di ṭhanut, dayen tiḥbulin ssney ad t-εarkey mi ur ssiney ara amek ara t-mesley akken ad t-grey ḡer daxel n zzit, muli ayen nniḍen ssney ayen nxeddem nekkeni deg uxxam, am lemsemed ad am-d-iniy ssney mliḥ am yemma d lekdeb mi ḡa va tselikey aqerru-iw. Ma d lmakla n tura ssney-tt s waṭas axaṭar d tina iyer nezga yarna d tinna i isehlen i usewwi, nḥemmel-iten dayen aṭas i yellan akken i am-ihwa ad tsewweḍ, mačči am lmaklat-nni n zik d yiwet kan n la recette».*

**S : Quelles sont les changements que vous percevez dans ce domaine?**

**Acu i tettwaliđ ibeddel deg wayen yaenan asewwi?**

**J:** «*Aṭas i ibedden, lmakla n zik ttwaliy-tt tewear mliḥ i usewwi, taḥwağ aṭas n lwaqt, am lemsemad, tiḥbulin, leftil n seksu ... atg zik irgazen mi ara ad d-kecmen s axxam ilaq ad d-afen kullec iheyya mulac a-t-an terwi. Ma d tura kullec ibeddel, tamettut tura tetṭef amkan n urgaz, ad teffey ad texdem, ur d-tkeččem ara zik s axxam, ur tseεeu ara akk lweqt i usewwi, ad d-tawed teeya acu ad tarnu asewwi, ad d-texdem kan lḥağa xfifen wwet eeddi. D acu akka deg wussan n usteεfu yezmer ad tt-tafed txeddem akka seksu ney lesfanğ ney lḥağa nniđen n zik*».

**S : Etes vous pour le changement ou la permanence?**

**Kemm aqlikem akked ubeddel-agi ney ala?**

**J:** «*yur-i nekk ttwaliy abeddel-agi yelha mliḥ axaṭar yella le choix, ad yili wayen ara tsewwed yerna lmakla n zik tuεar i usewjed, teḥwaj aṭas n lweqt d lğehd ilaq tanekra n zik akken ad teslahqed ad yeww, yarna zik ilaq kullec ad yeww di lawan, ma d tura lḥağa kan xfifen wet eadi, teshel ur tseεi ara laεtab. Lmakla n zik nsewway-itt s waṭas di les occasions d tinna i yfetin yarna netḥasa s rriḥa n zik, abeddel-agi yelha mi dayen ur ilaq ara ad neğğ rriḥa n lejdud-nney. Ilaq fell-ntey ad ten-nesseway akken ur ttruḥun ara, ta tesseḥfađ i ta, akken les générations i d-yettlalen ad ten-issinen*».

**S : Comment vous voyez la situation des plats traditionnels ceux à la mondialisation ( apparition de nouveau plats)?**

**Amek i tettwaliđ liḥala n lmakla n zik mi akka i d-banent lmaklat tijdidin?**

**J:** «*Ttwaliy d akken lmakla n zik mačči aṭas i tt-isewwayen, axaṭar wwin-asen-tt lmaklat-agi tijdidin ladya ma nruḥ-d yer les villes, ḥaca les tacos, les panini, les frites, les libanis, les gratins, ney ma nuḃal yer les gâteaux mačči d yiwen n le modèle ara d-tafed deg yixxamen, ġğan akk lmaklat n zik, llan même wid i d-yettayen si ṭḥuna direct. Tura, lmaklat n zik ur ruḥent ara akk surtout di tudrin mazal wid ixeddem lmakla n zik yetṭef di leεwayed. D ssaḥ lmakla n zik d ddwa, ur k-ixeddem waṭṭan. D acu xas ulamma nezra akk akka lamaεna nḥemmel lmakla n tura negguma ad as-nserreḥ, lmakla n zik tettuyal yer defir, yur-i d ayen ur yessefraḥen ara*».

**S : À quel jeune âge vous avez réussi à maîtriser la cuisine? Et comment vous avez fait pour apprendre?**

**Acehal di laemmer-im mi tessneq asewwi? Amek almi tessneq?**

**J:** «*Bdiy asewwi asmi lliy qqarey di CEM, ad iliy akken 14 ar 15 n yiseggasen, d acu kan mačči d lhağa i iweeren i ssney, cfiy lmakla akk tamezwarut i ssney ad sewway d les frites cwiya cwiya uyaley xeddmey les pattes am sbaghattis, lmaqarun, ifelfel, mi uwdey akk yer lycée dinna bdiy ttihfidey seksu, laedes, lubyan...surtout di les vacances ad teqqim kan yemma ad d-tini eddi ad tihfideq, taqcict xas ulamma teyra cwiṭ ilaq ad tissin. Nekk, ayen akk i ssney ar yemma i t-ḥefdey, tikwal tettmal-iy-id tikwal ttwaliy s wallen-iw kan surtout les plats traditionnels, yur-s i tealmeḥ kullec. Ma d les plats modernes ḥefdey s waṭas di les livres, ar temddukkal-iw, di l'internet, tigi akk i d-ixeddmen les recettes di youtubes surtout Um Walid, Um Yara...»*

**S: Quels sont les plats traditionnels que vous préparez lors des cérémonie saisonnier comme (yennayer, amagar n tefsut) et religieuse comme (achoura, mouloud)?**

**Acu n lemwakel i t-sewwayen mi ara d-iḥder usfugel n wansayen akka am yennayer, lmulud, taacurt?**

**J:** «*Nekkeni deg uxxam-nney, mi ara yili akka d ass n laewacer ney, nxeddem lemwakel n zik surtout seksu généralement d wina inxeddem mi akka des fois nrennou-d des plats nniḍen akka ifelfel, les frites, ccerba, poulet ad t-nexdem akk bien après swa ad t-id-nesseww deg useqqi, ney ad t-nexdem yer le plats ad as-nexdem la sauce wades ad d-yeww di lkuca akken ad yili zidit kter en plus ad d-yegriyi akk sufella».*

**S : Dans votre famille, lorsque vous étiez enfant, qui cuisinait?**

**Mi telliḍ mecttuḥeḍ anwa i yellan yesewway?**

**J :** «*Mi lliy mecttuḥey cfiy d yemma i yellan tsewway-ay-d, tikwal akka tettewan-itt uletma tameqqrant».*

**S : Combien de temps consacrez-vous à la cuisine par jour?**

**Acehal n lwaqt i tettatafeḍ di tkuzint i wass?**

**J:** «*Tura, akka presque tout le temps di tkuzint, sbah d lqahwa, après heggi imekli, akken cwiya d lqahwa n tmeddit, sakin d imensi. Zik kan asmi qqarey kullec ttafey-t-id iheyya, yerna tikwal nettemewan nekk akked uletma, ma d tura degmi akka tezwaḡ uletma yerna kfiy*

*leqraya deg uxxam kan kullec yeyli-d fell-i, yemma tura mačči am zik ur tezmir ara yas ulamma tikwal ula d nettat tsewway lmakla n zik tid ur ssiney ara mliḥ nekk, safi d nekk kan i terra tmara ad sewway. Yewear mi ara k-yetṭef wexxam, ad t-ttxemimed kan d acu ara t-sewwed».*

**S : Aimeriez-vous y passer plus ou moins de temps?**

**Themmed ad t-seddid aṭas n lwat di tkuzint ney ala?**

*J: «Hemmley ad seddiy aṭas n lweqt mi ara sewway ayen hemmley am les pizzas, les gratins, les pattes... yarna wigi sehlen i usewjed. Tikwal nniḍen ur hemmley ara akk ad kecmey ladya mi ara sewwayay lmaklat iwaeren yettaṭṭafen lweqt».*

**S : Selon-vous, est-ce important de savoir faire la cuisine?**

**Yur-m kemm ilaq yef teqcict ad tisint ad t-seww?**

*J: «Ih, ilaq yef tmeṭṭut ad tissin ad t-seww amek ihi, ma tezwaḡ acu ara yečč urgaz-is d warraw-is. yas akka ibeddel lweqt, kullec yettnuzu, lamaena ar melmi kemm d lbiε, rnu tura a-t-a kullec ylay. Nniy-am yelha kan i tmeṭṭut ad tissin kullec, ulac ma ara ad t-id-tsewwed deg uxxam-ik d azedgan d azidan».*

**S : Quels sont les plats que vous faites le plus souvent?**

**Acu n lmakla i t-sewwayed s waṭas?**

*J: «Deg uxxam-nney s waṭas nsewway seksu ama di ccetwa ama deg unebdu, axaṭar d winna i iḥemmal s waṭas baba akked jida. Tura, akka am ccetwa nsewway ayen yehman kan nxeddem leedes, lubyan tacebhant, leḡwaz n lexdra, leḡwaz n tjilbant, , leḡwaz n uzemmur, ccarba ama s barmisal ama s lefrik, amexluḍ surtout deg lawan n yibawen, nezga deg-s ...,Ma deg unebdu ayen xfifen kan čekčuka nettara-as (ifeldel ṭumatic, leḡsel, batenḡal, ticert,lbaṭata...) lbaṭata deg waman ad as-nerr timellalin deg waman, ṭumatic d ifelfel, les frites, sbaghetis, lmaqarun...Atg».*

**S : Vous arrive-t-il d'essayer de nouvelles recettes?**

**Tikwal tettawid-d amaynut deg wayen yaenan asewwi?**

*J: «Ih, bien sur d anect-a akk i hemmley, hemmley ad tebeay ajdid, yal ass nekk di youtube, tabaεey les chefs nni imeqqrannen, tabaεey Oum Walid, les secrets de Fahima, tettawi-d ajdid mliḥ, meme si d les plats agi traditionnels, yella wacu i as-beddlent am seksu eni tura d yiwet n la recette».*

**S : Vous êtes intéressées par la cuisine traditionnelle ou la cuisine moderne?**

**Yer wacu iyer tmaled yer lmakla n zik ney yer lmakla n tura?**

*J: «Hemmley-ten di sin, lmakla n zik tewear i usewjed, hemmley kan ad tt-ččey, ma d lmakla n tura teshel yerna tesa lbenna, s waṭas diri-tt i šṣeḥḥa, a-t-an nečča akk ayen yellan lamaena nezga nehlek ama d l'anémie, ama d yir lahlakat agi akk i d-yeffyen. Lmakla n zik ulac win i tt-yecban, tettwaxdam deg uxxam s yisufar d lexdra n tmurt, nekk tura rnan-aḡ-d ula d les restaurants, taxriḍt ney akk truḡ din, anecta akk d laēdez, nḥemmel ayen iwejden».*

**Entretien Rayane.A :**

Agée de 21 ans, célibataire, la deuxième fille de sa famille, étudiante en 1<sup>ère</sup> année en langue et littérature française, sa mère est une Algéroise, son père est un commerçant.

**X : Quelles sont les plats traditionnels que vous connaissez ?**

**Acu n lmaklat n zik i tessned?**

*R: «Seksu, tiḥbulin, timsemdin, tiyriḥfin, timsemdin n leḥwal, tiyriḥfin n leḥwal, aḡrum, aḡrum n leḥwal, tamtunt, tacewwaḍt, tamexluḍt, seksu d tyeddiwt, aḡrum n ucraw, aḡrum n lebsel, seksu s yiḡi d sker, seksu d yikil, ikil s uḡrum, aḡrum n bibras, iniḡman d zzit yerna wigi d ddwa, mazal-iten ar tura, yella dayen ifelfel, askaf».*

**X : Est-ce que ces plats sont en consommation aujourd'hui ?**

**Lmakla-agi mazal ar tura xeddmn-tt medden ney xaḡi ?**

*R: «Yal tawacult amek i tetten d wamek nnumen, llan wid i iḥemmlen ad ččen lmakla n zik, llan wid i iḥemmlen tin n tura, akken llan wid issexlaḍen tetten-ten di sin, akka am nekkni mazal nxeddem akk wigi ladya tiyriḥfin, aḡrum, aḡrum leḥwal, aḡrum n ucraw, seksu ama s useqqi ama d afuru (amexluḍ) wigi iyer nezga aḡas».*

**X : Est-ce que vous maîtrisez les savoirs de ce domaine ?**

**Tessned ad tsewwed ney ala?**

*R: «Ih, llan wid ssney, llan wid ur ssiney ara. Traditionnels ur ssiney ara aḡas, ssney tiyriḥfin, aḡrum, ma d seksu jamais grey iman-iw ad t-issiney ; Yettban-iyi-d yewear am useqqi-ines am leftil-is d yemma kan i t-issewwayen. Ma d lmakla-agi moderne ssney ad sewway kra yellan ttwaliḡ même ar youtube d'ailleurs lḡaḡa akk i sewway d tamezwarut*

*c'était un gâteau, hemmley ad sewway les gâteaux, ad qqimey kan, ad sahluldey ama d les tartes ama d les mouskoutchou, les madeleines.... Ayen akk yeenan les gâteaux ssney mlih».*

**X : A quel jeune âge vous avez réussi à maîtriser la cuisine? Et comment vous avez fait pour apprendre?**

**Açhal di leemer-im mi tessned asewwi? Amek almi tessned?**

**R:** *«Asmi seiyy di leemer-iw 15 n yiseggasen, akken yerna ssney kan ayen xfifen, yemma ur telli ara d tin ihersen di lecyal n usewwi, teqqar-d kan ruḥ ad teyreḍ, d nekk ara isewwen, d acu akka nekk hemmley ad grey tikwal ifassen-iw, ayen ssney mačči d yemma i t-ishefden, kullec hefdey-t di l'internet, tella dayen Yaya hefdey-d cwiya yur-s akka am uyrum, tiyriḥin, leedes, lubyan.. tessent mlih ad tsehefdey, tesa lxater, mačči am yemma, ad teqqim kan ad d-tini ur tessined ara, mačči akken ixeddem, day-netta lecyal agi ma ur tesxesreḍ ara ur tettissined ara».*

**X : Dans votre famille, lorsque vous étiez enfant, qui cuisinait?**

**Di twacult-nwen, mi tellid meçtuḥeḍ, anwa i yesewwayen?**

**R:** *«Mi lliy meçtuḥey d yemma i yellan tsewway s waṭas, d acu kan tella Yaya dayen tsewway ladya les plats traditionnels am seksu, ticuḥtin, amexluḍ, seksu s yirden... yemma ur tsewway ara s waṭas wigi yezmer imi d-tekker di Alger, themmel ad texdem les plats dixel n le four, les gratins, maena mačči ḥaca wigi, txeddem dayen leedes, lubyan, les pattes ama d lmaqarun ney spaghetti».*

**X : Combien de temps consacrez-vous à la cuisine par jour?**

**Aceḥal n lwaqt i tettatafeḍ di tkuzint i wass?**

**R:** *«Ad am-d-iniy tidet mačči aṭas i tteeddiy ar tkuzint, ma twalaḍ edday i wakken ad sewway les gâteaux, lmakla d sseḥ sewwayey mais mačči s waṭas, surtout mi ara yili d lawan n leqraya ur tteeddiy ara akk yer tkuzint aṣṣlan ur ttiliy ara deg uxxam, zgiy di la cité, les week-end ulac akk lweqt, seiyy lḡemæa-nni kan dqiqa i tetteeddi».*

**X : Aimerez-vous y passer plus ou moins de temps?**

**Themmed ad t-seeddiḍ aṭas n lwaqt di tkuzint ney ala?**

**R:** *«Ih, lukan ttafey lweqt-iw akk ad t-seeddiy di tkuzint, ad d-ttawiy akk les recettes tijdidin surtout les gâteaux hemmley grave».*

**X : Selon-vous, est-ce important de savoir faire la cuisine?**

**Yur-m kemm ilaq yef tmeṭṭut ad t-isin asewwi?**

**R:** « bien sur, yelha mlih i tmeṭṭut ad tisin akk lemwakel, ama d wid n zik, ama d wid n tura, ssaḥ kan nekk ttwaliy iman-iw ur meiney ara imi ur sinney ara ad sewway kra n lemwakel lada wigi-nney traditionnels, snney kra kan, yelha tin i yettisenen akk».

**X : Quels sont les plats que vous faites le plus souvent?**

**Acu n lemwakel i t-sewwayeq s waṭas?**

**R:** «*Nekk, sewwayay s waṭas les frites, čekčuka, les gratins, ayrum d yifelfel, les pattes, pizza, tacos. Ma d yemma a-t-an iban, seksu, leedes, lubyen, leḡwaz, lxeḍra, recta, lahrira, ccarba, amexluḍ, tikwal les plats dixel n le four, pizza...*»

**X: Quels sont les plats traditionnels que vous préparez lors des cérémonies saisonnières comme ( yennayer, amagar n tefsut...) et religieuses comme ( mouloud, achoura)?**

**Acu n lemwakel i t-sewwayem mi ara d-iḥder usfugel n wansayen akka am yennayer, lmulud, taacurt, amager n tefsut...?**

**R:**« *Tura ulac, ur nsfuggul ara aṭas n lecyal akka am umagar-agi n tefsut jamais akk cfiy-d nxedm-it safi d yahwayeḡḡ-agi kan simple am yennayer, ad nexdem seksu s uyaziḍ iban axaṭer d ass n yimaziyen safi ilaq ad tnefuggel à la traditionel mi tikwal ur nxeddem ara dya les plats traditionnels kan nxeddem ayen nniḍen, di lmulud par exemple nxeddem beaucoup plus lemwakel n waeraben akka am recta, ṭtemina, lehrira, tikwal dayen nrenu-d akka seksu, ma di taacurt ney laewacer nniḍen sa depend acu nsewway des fois nxeddem des gratins, des plats au four, des recettes modernes ela ḥsab n yal yiwen acu iḥemmel, acu iyebya ad yečč... »*

**X : Vous arrive-t-il d'essayer de nouvelles recettes?**

**Tettawiḍ-d amaynut yer wayen yaenan asewwi?**

**R:** «*Ih, ttwaliy amaynut xedmey-d, surtout di les gâteaux, ttwaliy yal ass ahat ad tili la recette tajdit, ma d ayen yeenan lmakla tikwal meme ma ur seiḡ ara les ingrédients i d-fkan xeddemey-d akk lḥaḡa-nniḍen i as-yettemcabin s les ingrédients i seiḡ nekk, earna wellah ar d-tetteffey ack-itt*».

**X : Quelles sont les changements que vous percevez dans ce domaine ?**

**Acu n ubeddel i tettwaliq yedra-d yef usewwi?**

**R:** «*Aṭas n ubeddeli yellan, tamezwarut, ibeddel lweqt, tbeddel la génération, tekcem-d la technologie, kecmen-d lemwakel ijdiden. Zik imi ulac l'internet lyaci ur ssinen ara lemwakel n leḡnas-nniḍen, yef wanect-a qqimen kan deg wayen ssnen, tḥfen deg wayla-nsen, ma d tura kullec yella xdem kan di youtube la recette i am-yehwan, mačči yiwet ara d-yalin, rnu mxallafit akk, ad tæwqeḍ anta ara tædmed. Nekk, degmi lliy mečtuḥey ar tura yerna aṭas ubeddel i yellan, cfiy pizza zik nxeddem-itt kan akka simple, ur tseεeu ara aṭas n les ingrédients, ney les fromages agi i as-ttarran, tura eni d yiwen n yisem, mačči d yiwet la recette, tella la mexicaine, la végétarienne, la cilicienne, pizza géante, lḥaṣul mačči d yiwet. Zik, ayaziḍ, sewwayen-t kan akka di la sauce ney ahat daxel n waman kan d laεqaqar, ma d tura ad as-xedmen la farce daxel, ad t-id-sewwen daxel n le four, asmi d-cfiy akka mečtuḥey ulac panini, libanais, tacos... almi d tineggura-agi kan i d-leḥqen yur-ney, zik nsett-iten kan di les fast-food, tura nxeddem-iten ula deg uxxam. Ma d les plats traditionnels ur beddlen ara qqimen kan akken d yiwet n la recette, ur tezmireḍ ara ad tbeddeḍ i teyrifin, ney i lemsemed ney i lesfenḡ ... atg*».

**X : Êtes-vous pour le changement ou pour la permanence ?**

**Aql-ikem-id akked ubeddel-agi ney ala ?**

**R:** «*Nekk, je Suis contre, je suis contre axaṭar abeddel-agi aṭas n wayen n dir i d-yuwi, am lehlakat-agi n tura am le coulant, l'anémie, wigi akk si lmaklat-agi i ntett, æebbud yeččur, lfayda ulac. Wamma wigi i d-ntett akka di les fast-foods ur d-nhedder ara, wellah ḥaca nettay-d lehlak, zzit ad as-ttewaden kan, ulac abeddel, ulac tezdeg. Ulac akk am wayen yesean cwiṭ n zzit n uzemmur d wayen akk nniḍen. Abeddel-agi yella anda yelha, mi ara tiliḍ teeyiḍ, ney yef tin ixeddmen, axaṭar lmakla ney nekkni teḥwaḡ lweqt akked lḡahd, am lemsemed, lesfenḡ, lefteil ad t-tærakeḍ alama ylint-d tuyat-m. Wigi lhan ruḥ truḥeḍ, di les occasions. Leftil n seksu amek walay nekk aṭas n tlawin i d-yettayen d lbiε, c'est rare tin ifettlen seksu aquran. Llant snat leḥwayeḡ i d-yuwin abeddel-agi, tameṭṭut tuyal tseεa izerfan d ayen i tt-yeḡḡan ad teffey ad texdem, ur tettyimi ara deg uxxam akken ad tseww lemwakel n zik, tella dayen l'internet kullec yella, ad twaliḍ akk acu xeddmen leḡnas n ddunit merra*».

**X : Vous préférez la cuisine moderne ou la cuisine traditionnelle?**

**Acu iyer tmaled atas d lmakla n zik ney d tin n tura ?**

**R:** «Nekk, maley s waṭas yer lmakla n zik, d tinna iwumi ttafey lbenna, d tinna i yesean lfayda i šṣeḥḥa, ma teččid seksu lah lah ad t-tdahned s zzit n uzemmur, ney lawan-nni n yibawen, wellah lukan ad settay sbaḥ meddi deg-sen ur εegguy ara, ad as-ternuḍ cwiya n yiwi d tebšelt, tella dayen tbarkukest, taḥlast mi ara yili semmed mliḥ lḥal, yiwen n le goût ! D acu kan les plats agi ur ssiney ara ad ten-sewway, ḥemmley kan ad ten-ččey. Ayen sewwayey nekk d les plats agi moderne axaṭar d wigi i yisehlen, yerna ur teḥwaḡeḍ ara ad as-tiniḍ i yemma-m ney i tayeḍ seḥfeḍ-iyi, xdem kan di youtube kullec ad d-yali, surtout nekk ḥemmley ad xedmey s waṭas les gâteaux, xas ulamma ḥemmley ad sewway lamaena nekk ḥemmley ad ččey lemsemed d lesfenḡ, tiyrifin, abeyrir...»

**X : Comment vous voyez la situation des plats traditionnels ceux à la mondialisation (apparition de nouveaux plats) ?**

**Amek i tettwaliḍ liḥala n lmakla-nney mi akka i d-banen lemwakel-agi ijdiden ?**

**R:** «Ttwaliy belli lyaci malen s waṭas yer lmakla-agi tamaynut, lamaena ur ḡḡin ara lmakla n zik, ladya di tudrin, mazal ixxamen i isewwayen lemwakel n zik ay-a d ayen issefraḥen s waṭas, tura llant même tlawin i d-ixeddmen les recettes di youtube lemwakel n zik, am la chaine les secrets de Fahima, ḥemmley ayen txeddem, tebya ad d-teḥyu les plats n zik ur ssinent ara kra, tella dayen Kahina di lyerba, txeddem akk les recettes n les plats traditionnels, annect-a d ayen issefraḥen wellah, donc xas akka nḥemmel ajdid lamaena aqdim ur nsemmeḥ ara deg-s, ur iruḥ ara ; ad d-iniy ahat ad ilin kra n les plats i iruḥen ur ten-sewwayen ara tura, mais dayen atas ur iruḥen ara, qqimen akken kan llan s les mêmes recettes».

**Annexe N° 03 :**

- **Plats traditionnels.**



Couscous roulé a la main



Couscous aux raisins



Couscous avec du beurre et du sucre



Couscous aux raisins sec



La ratatouille



A3mam lqadhi



Pain levé frit



Lentilles



Haricot blanc

- **Plats Moderne.**



Gratin au poulet



Recette de gratin d'aubergines



Poulet farci



Pâtes au poulet, béchamel et champignons



Hamburger



Tacos



Pizza



Panini

## Table des matières :

Remerciement	
Dédicace	
Sommaire	
<b>Introduction générale.....</b>	<b>07</b>
<b>CHAPITRE I : CADRE METHODOLOGIQUE ET THEORIQUE</b>	
Introduction.....	10
I .1. Présentation du sujet.....	10
I .2. Choix de sujet.....	10
I .2. 1. Les raisons subjectives.....	10
I . 2.2. Les raisons objectives.....	10
I .3. Problématique.....	11
I .4. Hypothèses .....	11
I .5. Mots clés .....	12
I .5.1. Art culinaire .....	12
I .5.2. Patrimoine alimentaire .....	12
I .5.3. Cuisine.....	12
I .5.4. Alimentation.....	13
I . 5.5. Travail domestique.....	13
I .5.6. Transmission.....	13
I .6.Technique de recherche .....	14
I .6.1. L'observation .....	14
I .6.2. L'entretien.....	14
I .7. Méthode d'analyse .....	15
I .8. La présentation des informateurs.....	15
I .8.1. Présentation des informateurs de la première génération.....	16

I .8.2. Présentation des informateurs de la deuxième génération.....	16
I .9. Les difficultés rencontrées .....	17
I .10. Ethnographie du terrain.....	17
I .10.1. Ethnographie de la commune d'Iferhounene.....	17
Conclusion.....	19

## **Chapitre II : Elément historique des systèmes alimentaire traditionnels**

Introduction.....	21
II .1. L'alimentation de nos ancêtres .....	21
II .2. La cuisine traditionnelle Kabyle .....	23
II .2.1. Les plats traditionnels .....	23
II .2.2. Les anciennes boissons chez les Kabyle .....	38
Conclusion .....	40

## **Chapitre III : L'alimentation traditionnelle entre permanence et mutation**

Introduction .....	42
III .1. L'art culinaire berbère à travers l'histoire.....	42
III .2. Les plats Kabyles entre le passé et le présent.....	45
III .2.1 Les céréales .....	46
III .2.2. Légumes et fruits .....	47
III .2.3.La viande .....	48
III .3. Avant et après le couscous .....	48
III .4.Cuisine Kabyle et modernité.....	51
Conclusion .....	54

## **Chapitre IV : La transmission du savoir-faire culinaire chez les Kabyle**

Introduction.....	56
IV.1. La transmission culinaire Kabyle.....	56
IV .2. La transmission au regard des mères et des filles .....	57

IV .2.1. La transmission au regard des mères.....	58
IV .2.2. La transmission au regard des filles .....	60
IV .3. Techniques de transmission du savoir-faire culinaire .....	62
IV .4. Les pratiques rituels sont-elles restés les mêmes qu'aujourd'hui ?.....	64
Conclusion.....	66

## **Chapitre V : L'approche de l'économie dans l'alimentation traditionnels**

Introduction.....	68
V .1. Economie d'avant chez les Kabyles.....	68
V .2. Les principales activités économiques traditionnelles anciennes.....	71
V .2.1. Chez les hommes .....	72
V.2.2. Chez les femmes.....	72
V.3. Modernisation de l'économie Kabyle.....	73
Conclusion .....	75
<b>Conclusion générale .....</b>	<b>78</b>
Agzul .....	80

## **Bibliographie**

### **Annexes :**

Guide d'entretien

Figures

Guide d'entretien

### **Table des matières**